ESTADO DE MINAS

www.em.com.br

BELO HORIZONTE, DOMINGO, 2 DE OUTUBRO DE 2022

MG: R$ 3,50 ● NÚMERO 29.181 ● FECHAMENTO DA EDIÇÃO: 0H

156.454.011
BRASILEIROS APTOS A VOTAR

16.290.870
EM MINAS

MOMENTO DE DECISÃO

Brasileiros definem hoje o futuro do país, que chega às urnas dividido entre os dois principais candidatos à Presidência da República. Últimas pesquisas apontam chance de segundo turno

Além do presidente que comandará o país de 2023 a 2026, mais de 156,4 milhões de brasileiros escolherão 27 governadores, 27 senadores, 513 deputados federais e 1.035 parlamentares estaduais. Primeiros colocados nas pesquisas de intenção de voto desde o ano passado, os candidatos ao Palácio do Planalto Luiz Inácio Lula da Silva (PT) e Jair Bolsonaro (PL) deixaram para trás as forças políticas que tentaram construir a chamada "terceira via", representada por Ciro Gomes (PDT) e Simone Tebet (MDB). Sondagens divulgadas ontem apontam vantagem para o petista, mas não descartam a possibilidade de os eleitores voltarem às urnas em 30 de outubro. Segundo o Datafolha, Lula tem 50% dos votos válidos, contra 36% de Bolsonaro. O Ipec, por sua vez, constatou 51% das manifestações válidas para o ex-presidente e 37% para o candidato à reeleição.

No clima da polarização, o **Estado de Minas** visitou as duas cidades que mais deram votos a Bolsonaro e a Lula em Minas. Em Perdigão, no Centro-Oeste, o então candidato do PSL foi escolhido em 2018 por 72% dos eleitores no primeiro turno e 83% no segundo. Em Itacarambi, no Norte, o petista venceu em 2006 com 81% no primeiro turno e 88% no segundo. Distantes cerca de 700 quilômetros e com menos de 20 mil habitantes cada, os dois municípios guardam poucas semelhanças entre si, seja na geografia ou nos motivos que levaram a população a votar maciçamente nos candidatos. Para hoje, o cenário não parece diferente. "Acho que a cidade está até mais fechada com Bolsonaro", diz o representante comercial José Naves, morador de Perdigão. "Acredito que Lula terá cerca de 70% dos votos", afirma o comerciante Sebastião Alves dos Santos, de Itacarambi.

TÚLIO SANTOS/EM/D.A PRESS

PERDIGÃO

No Centro-Oeste mineiro está a cidade mais bolsonarista de Minas: na última eleição, o presidente recebeu 72% dos votos no primeiro turno, marca que o representante comercial José Naves espera que se repita hoje

LUIZ RIBEIRO/EM/D.A PRESS

ITACARAMBI

Em 2006, 81% dos eleitores do município do Norte do estado votaram em Lula no primeiro turno. Foi o caso do comerciante Sebastião Alves dos Santos, ex-vereador na cidade e que confia novamente na vitória petista

POLARIZADA, MINAS VAI ÀS URNAS

TADSON OLIVEIRA/ESP. EM

Romeu Zema (Novo) encerrou a campanha em Araxá: "Enquanto o juiz não apita, pode mudar o resultado. Mas estamos confiantes"

Se as últimas pesquisas davam como certa a reeleição do governador Romeu Zema (Novo), o cenário para hoje mudou. O ex-prefeito de Belo Horizonte Alexandre Kalil (PSD), apoiado pelo ex-presidente Lula, vem conseguindo avançar na preferência do eleitorado, conforme mostram os levantamentos. Segundo o Ipec, a diferença entre os dois adversários que protagonizam a disputa ao governo de Minas caiu 4,7 pontos em quatro dias, dando margem para levar a decisão para o segundo turno.

Por que quero governar Minas?

Candidatos respondem ao **EM** o que motivou cada um deles a entrar na corrida ao Palácio Tiradentes e o que pretendem fazer caso sejam eleitos.

GLADYSTON RODRIGUES/EM/D.A PRESS

Alexandre Kalil (PSD) se despediu em Contagem: "Estou muito tranquilo. Acho que está vindo uma onda muito boa"

GUIA DO ELEITOR//CONFIRA COMO VOTAR E O QUE PODE E O QUE NÃO PODE SER FEITO NAS SEÇÕES

PÁGINAS 2 A 7, 10 E 11

FEMININO & MASCULINO

Criatividade

Mineira se destaca em prêmio internacional, transformando calças jeans em novas peças de vestuário, acessórios e até aviamentos.

PÁGINA 4

EM CULTURA

Concorrência

Produções de sete países da América do Sul concorrem com o brasileiro "Marte Um" à vaga para disputar o Oscar de filme internacional.

CAPA

BEM VIVER

Menopausa

Atenção, mulheres (e família): especialistas ouvidos pelo **EM** ensinam como aliviar os efeitos físicos e emocionais gerados pela menopausa.

CAPA E PÁGINA 3

RAMON LISBOA/EM/D.A PRESS

Galo encerra jejum. Coelho fica na cola

O Atlético venceu o Fluminense por 2 a 0, gols de Hulk *(E)*, pôs fim aos maus resultados em casa e segue o G-6 de perto. O América bateu o Ceará por 2 a 1 – Juninho e Felipe Azevedo marcaram –, e continua com um ponto a menos que o Galo, na briga por vaga na Libertadores. PÁGINA 16

ISSN 1809-9874

● Assinaturas e serviço de atendimento: (31) 99402-0234 ● fale.conosco@em.com.br
● Central de atendimento ao assinante: (31) 3263-5800 ● Assinatura Uai: (31) 3263-5888
● Baixe o aplicativo Estado de Minas na Google Play ou Apple Store.

DIÁRIOS ASSOCIADOS

BAPTISTA CHAGAS DE ALMEIDA
>>baptistaalmeida.mg@diariosassociados.com.br

"Horas antes, Fernando Haddad participou de coletiva de imprensa para veículos estrangeiros e pediu para os apoiadores não se envolverem em discussões"

A eleição mais acirrada na disputa presidencial

Sem capacete, a dupla seguiu na mesma moto e puxou a fila de apoiadores. O presidente da República e candidato à reeleição Jair Messias Bolsonaro (PL) e o candidato ao governo do estado de São Paulo Tarcísio de Freitas (Republicanos), participaram de uma motociata na capital paulista. E foi cedinho. A concentração começou às 7h na Praça Campo de Bagatelle, no Bairro Santana.

Eles tiraram fotos com apoiadores, falaram com a imprensa e começaram a percorrer ruas e marginais da capital. Jair Bolsonaro, o liberal, desceu da moto no Parque do Ibirapuera e andou pela multidão devidamente cercado de seguranças. Mas terceirizou para a própria esposa.

Vamos a ela: "As portas do inferno não prevalecerão contra a igreja do senhor, as portas do inferno não prevalecerão contra as nossas famílias, a porta do inferno não prevalecerá contra nossa nação brasileira", disse a primeira-dama, Michelle Bolsonaro, de cima de um trio elétrico. "Queridos, é um momento decisivo."

"Hoje é o momento onde nós daremos a resposta nas urnas, daremos a resposta de que o bem vai prevalecer, em nome de Jesus, porque os ataques não são contra mim, não são contra o presidente, não são contra os ministros, mas são contra os princípios e valores de Deus", emendou.

Tudo isso foi em discurso na Esplanada. A primeira-dama fez a declaração acompanhada da ex-ministra da Mulher, Família e Direitos Humanos Damares Alves Bezerra de Oliveira.

O grupo de apoiadores percorreu ruas da região com som e bandeiras para participar de uma caminhada, na manhã de ontem, na Avenida Paulista. O candidato do PT ao governo do estado, Fernando Haddad, acompanhou o ato. Os apoiadores começaram a se reunir por volta das 9h.

Por volta das 12h30, o candidato à Presidência da República do Brasil Luiz Inácio Lula da Silva (PT) e o vice-governador Geraldo Alckmin (PSB) subiram no automóvel com Fernando Haddad e Márcio França, que disputa uma vaga no Senado Federal.

Horas antes, Fernando Haddad participou de coletiva de imprensa para veículos estrangeiros, no comitê de campanha, no Bairro Bela Vista, na capital, e pediu para os apoiadores não se envolverem em discussões.

"Não aceite provocação, não responda. Se estiver num ambiente com uma pessoa pregando a violência política, deixe o recinto, vá para sua casa. Se tiver qualquer risco à sua integridade física, não se envolva na discussão", alertou Fernando Haddad.

Fusão do partidão

O presidente da Câmara dos Deputados, Arthur Lira (PP-AL), confirmou ontem que o Partido Progressistas (PP) vai mesmo se fundir com o Partido União Brasil. A informação foi divulgada pela assessoria de imprensa. Na noite de sexta-feira, Lira esteve com o vice-presidente do Partido União Brasil, Antônio Rueda. O anúncio feito pela equipe de Arthur Lira não diz quando a fusão será concretizada e muito menos qual será o nome da legenda. O Partido União Brasil tem 52 deputados e sete senadores. O Partido Progressistas tem 57 deputados e oito senadores.

Fafá é Lula

INSTAGRAM/REPRODUÇÃO – 10/6/20

A cantora Fafá de Belém **(foto)** declarou nas redes sociais que votará em Luiz Inácio Lula da Silva (PT) para presidente da República, no 1º turno. A artista fez questão de publicar vídeo dando o maior apoio possível ao ex-presidente petista na tarde de ontem, isso mesmo, em plena véspera da eleição. Durante o vídeo, Fafá se dirigiu aos indecisos e às famílias de vítimas da COVID-19. No discurso, a cantora também citou a gestão da pandemia no Brasil. "O amor, ele vence o medo e o ódio. A luz, ela vence a escuridão."

Uma ameaça à paz

Ator, roteirista e cofundador do canal do YouTube Porta dos Fundos, Antônio Tabet anunciou nas redes sociais que é mais um artista a votar no candidato à Presidência da República Luiz Inácio Lula da Silva. O artista expôs, em textos no Twitter e no Instagram, que o voto é primeiramente uma discordância ao que o presidente Jair Bolsonaro (PL) representa. "O Brasil já foi sinônimo de natureza, da alegria e do carnaval. Hoje, é de milícia, de morte e de mal", criticou Tabet em postagem em que posa para foto ao lado de Lula. "O Brasil nunca foi exemplo de honestidade, mas o Brasil de Bolsonaro é o pior."

Apoio a Bolsonaro

Na disputa da preferência pelos presidenciáveis, o presidente Jair Messias Bolsonaro (PL) recebeu o apoio de líderes de direita. O primeiro-ministro da Hungria, ViKtor Órban e o ex-primeiro-ministro de Israel Benjamin Netanyahu gravaram vídeo de apoio à reeleição do presidente, que, nas redes sociais agradeceu. Por aqui, além de Neymar, Bolsonaro recebeu o apoio dos cantores Gustavo Lima e Zé Neto. "Gente. Voto é secreto. E eu volto a falar mais uma vez, aliás, pela 22ª vez eu venho falar que o voto é secreto", escreveu o parceiro de dupla com Cristiano.

Para encerrar...

...o ministro do Tribunal Superior Eleitoral (TSE) Benedito Gonçalves classificou de absurdo e negou um pedido da campanha do presidente Jair Messias Bolsonaro (PL) para limitar a decisão do Supremo Tribunal Federal que determinou que municípios mantenham a oferta de transporte público para as eleições. O ministro disse ver riscos de a tese lançada pela campanha se transformar em desinformação e determinou que o Ministério Público adote providências para evitar a propagação de dados falsos sobre a oferta do serviço pelas prefeituras neste domingo.

PINGAFOGO

KARIM JAFAR/AFP – 11/2/21

■ Em tempo sobre o apoio de personalidades aos presidenciáveis. Dentro de campo Bolsonaro ganha de goleada. Antigo apoiador de Bolsonaro, o volante do Fluminense Felipe Melo **(foto)** compartilhou mensagens pedindo voto, assim como o técnico Renato Portaluppi, e o ex- atacante do Santos, Robinho.

■ E tem as pesquisas: no primeiro turno, o ex- presidente Luiz Inácio Lula da Silva tem 50% dos votos válidos e seu adversário Jair Messias Bolsonaro tem 36% dos votos válidos, no Datafolha. Diante desse quadro, não é possível afirmar se a eleição será decidida no primeiro turno.

■ Pesquisa Datafolha divulgada, ontem, por encomenda da Globo e do jornal Folha de S.Paulo, aponta que o ex- presidente Luiz Inácio Lula da Silva (PT) tem 54% em um eventual segundo turno da eleição e que o presidente Jair Messias Bolsonaro (PL) tem 38%.

■ Nesse cenário, 6% disseram que votariam em branco ou nulo e 2% não sabem. A margem de erro é de dois pontos percentuais, para mais ou para menos. Para calcular os votos válidos, são excluídos os brancos, os nulos e os de eleitores que se declaram indecisos.

■ O procedimento é o mesmo utilizado pela Justiça Eleitoral para divulgar o resultado oficial da eleição. Sendo assim, um bom voto a todos. FIM!

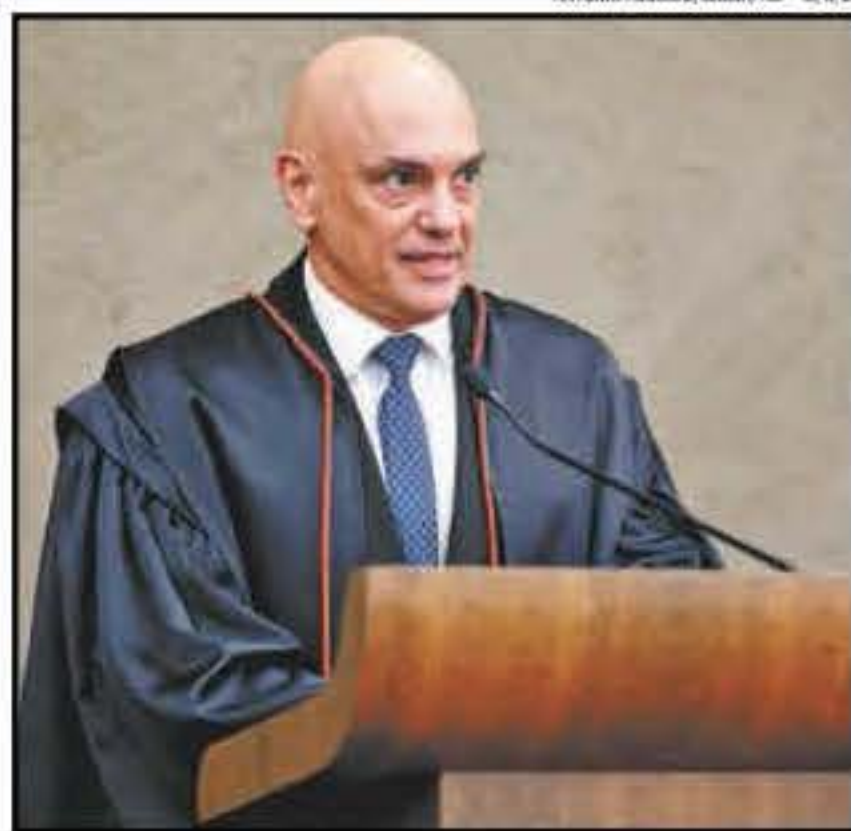
Em pronunciamento de TV, presidente do TSE exalta o sistema eleitoral brasileiro e lembra a necessidade de haver segurança e plena liberdade para o exercício do voto

Moraes defende votação segura e sem violência

O presidente do Tribunal Superior Eleitoral (TSE), Alexandre de Moraes, defendeu na noite de ontem o sistema eleitoral e a democracia brasileira, afirmando que a Justiça está empenhada em assegurar o sigilo do voto e a normalidade das eleições, sem ocorrência de violência. As declarações foram dadas em pronunciamento em cadeia de rádio e TV na véspera da eleição. É comum que presidentes do TSE promovam esse tipo de fala. "Somos uma das quatro maiores democracias do mundo, porém a única que apura e divulga os resultados eleitorais no mesmo dia, com agilidade, segurança, competência e transparência, graças à tecnologia avançada, confiável e auditável das nossas urnas eletrônicas", afirmou o ministro em sua fala.

Moraes destacou a democracia como uma construção coletiva "daqueles que acreditam na liberdade, na paz, no desenvolvimento, na dignidade da pessoa humana, no pleno emprego, no fim da fome, na redução das desigualdades, na prevalência da educação e garantia da saúde de todos os brasileiros." O ministro destacou ainda medidas tomadas para tentar evitar episódios de violência em uma disputa marcada pelo acirramento da violência, com várias ocorrências de discussões, brigas e até assassinatos. Ele citou a proibição do porte de armas por colecionadores e, sobre o sigilo da votação, a proibição de que os eleitores levem os telefones celulares para a cabine de votação.

"Para que haja verdadeira democracia, há necessidade de plena liberdade e segurança para o exercício do direito de voto de cada eleitor e eleitora brasileira. Segurança e liberdade de voto serão efetivadas tanto com a observância do absoluto sigilo do voto, que é plenamente garantido pelas urnas eletrônicas, quanto pelo respeito à ampla e civilizada liberdade de discussão política, afastando qualquer possibilidade de violência ou coação e pressão por grupos políticos e econômicos."

Moraes assumiu o comando do TSE em agosto e tomou uma série de medidas para tentar evitar tumultos no dia da eleição, como proibir a circulação de armas perto das seções eleitorais e reforçar o veto a celulares nas cabines de votação. Em paralelo, o ministro reabriu o diálogo com as Forças Armadas e, em reuniões a portas fechadas, decidiu contrariar técnicos da corte e alterar parte do teste de integridade feito no dia das eleições para agradar aos militares. Moraes tem dito que o TSE fez todo o possível e que as eleições serão seguras.

ANTÔNIO AUGUSTO/SECOM/TSE – 16/8/22

Apesar das medidas tomadas, o primeiro turno do pleito deste ano ocorre em meio a nova onda de ataques do presidente Jair Bolsonaro (PL) a Moraes. O PL, partido de Bolsonaro, ainda divulgou parecer com contestações às urnas às vésperas das eleições, documento chamado de fraudulento pelo TSE. Em outra frente de ataque, Bolsonaro pediu para o TSE declarar Moraes parcial e afastá-lo de julgamento sobre o veto a transmissões de caráter eleitoral no Palácio da Alvorada. O ministro Ricardo Lewandowski disse que a ação de Bolsonaro tenta apenas tumultuar o pleito e negou o pedido.

"ABSURDO" O ministro do Tribunal Superior Eleitoral (TSE) Benedito Gonçalves classificou como "absurdo" o pedido feito pela campanha do presidente Jair Bolsonaro para limitar a decisão do Supremo Tribunal Federal (STF) que determinou que os municípios mantenham a oferta de transporte público para as eleições hoje. Foi pedido, pelo ministro, que o Ministério Público tome medidas para que não haja propagação de informações falsas sobre o transporte oferecido pelas prefeituras.

> Somos uma das quatro maiores democracias do mundo, porém a única que apura e divulga os resultados eleitorais no mesmo dia, com agilidade, segurança, competência e transparência"
>
> ■ **Alexandre de Moraes,** presidente do TSE

A campanha de Bolsonaro argumentou, em pedido ao TSE, que a decisão do ministro Luís Roberto Barroso de que o transporte público seja mantido em níveis normais no dia do primeiro turno tem contradições que podem levar à implementação de políticas públicas ilegais. "O argumento descamba para o absurdo, ao comparar a não cobrança de tarifa para uso de transporte público regular, em caráter geral e impessoal, com a organização de transporte clandestino destinado a grupos de eleitores, mirando o voto como recompensa pela benesse pessoal ofertada", escreveu benedito Gonçalves.

URNAS PRONTAS O Tribunal Superior Eleitoral (TSE) realizou ontem a emissão da "zerésima", um relatório impresso que mostra que não há voto registrado nas urnas. Trata-se de uma das etapas tradicionais de verificação dos sistemas eleitorais que já estava agendada para a véspera das eleições. O TSE emite a "zerésima" para mostrar que não há voto previamente computado a presidente nos sistemas que são embarcados nas urnas. Os tribunais regionais eleitorais (TREs) fazem o mesmo procedimento sobre votos para os demais cargos. Na manhã de hoje, às 7h, cada urna eletrônica também emite a "zerésima" para mostrar que não tem voto registrado antes do começo da eleição.

Com disputa polarizada e pesquisas sem descartar 2º turno, eleitores escolhem hoje futuro presidente, 27 governadores, 27 senadores, 513 deputados federais e 1.035 estaduais

País dividido nas urnas

GUILHERME PEIXOTO

Mais de 156,4 milhões de brasileiros vão às urnas hoje escolher o próximo ocupante da Presidência da República, 27 governadores estaduais, 27 senadores, 513 deputados federais e 1.035 parlamentares estaduais. No plano nacional, a eleição, que ocorre das 8h às 17h, no horário de Brasília (DF), opõe o candidato à reeleição Jair Bolsonaro (PL) ao ex-presidente Luiz Inácio Lula da Silva (PT). É a primeira vez que um ocupante e um ex-ocupante do Palácio do Planalto se enfrentam pela chefia do governo federal. Primeiros colocados nas pesquisas de intenção de voto desde o ano passado, Lula e Bolsonaro deixaram para trás as forças políticas que tentaram construir a chamada "terceira via" e devem coroar a dominância hoje, fazendo uma espécie de segundo turno antecipado.

Levantamentos divulgados ontem apontam vantagem para o petista. No Ipec, Lula chega a ter 51% dos votos válidos, mas a margem de erro de dois pontos percentuais, para mais ou para menos, faz com que os responsáveis pelo instituto afirmem ser impossível dizer se um confronto direto entre as chapas de PT e PL vai ser necessário. Para o Datafolha, em que Lula tem metade das manifestações válidas, o segundo turno também é incógnita.

Se a disputa presidencial dependesse única e exclusivamente de Minas, Lula seria eleito hoje. Isso porque, segundo o Ipec, o concorrente do PT tem 55% dos votos válidos no estado, contra 34% de Bolsonaro. O percentual de Lula representa crescimento de dois pontos em relação à última pesquisa regional do instituto, divulgada na terça-feira. Do outro lado, o atual presidente se manteve estável. O avanço do petista pode, inclusive, ajudar a ditar os rumos da eleição estadual – isso porque aliados de Alexandre Kalil (PSD), candidato ao governo mineiro com o apoio de Lula, creem que o ex-prefeito de BH pode ganhar fôlego na reta final a reboque do aliado e, assim, forçar um segundo turno contra Romeu Zema (Novo), candidato à reeleição e líder de todas as sondagens.

FABIO RODRIGUES POZZEBOM/AGÊNCIA BRASIL – 1/10/22

Na corrida pelo Planalto, petista vence em Minas, com 55% dos votos válidos, contra 34% do presidente, segundo o Ipec

A campanha de Lula apostou as últimas fichas em um movimento em prol do "voto útil". Sob mote que aponta necessidade de derrotar Bolsonaro já no primeiro turno, aliados do ex-presidente passaram a defender o embarque, na coligação petista, de eleitores que, inicialmente, pensavam em optar por Ciro Gomes (PDT) e Simone Tebet (MDB).

Do outro lado da arena, Bolsonaro apostou na agenda de costumes em busca de reagrupar, em sua base eleitoral, os cidadãos que priorizam pautas como a criminalização do aborto, por exemplo. Para evitar a fuga do voto cristão, fez "dobradinhas", no último debate do primeiro turno, com o candidato Padre Kelmon (PTB).

PERSONALIDADES Artistas, atletas, lideranças políticas internacionais e outras personalidades, inclusive estrangeiras, foram usados de parte a parte para captar indecisos. Ontem, Lula ganhou manifestação favorável da apresentadora Fátima Bernardes, da TV Globo, que declarou voto no petista. Ela se juntou a um grupo que conta com a também apresentadora Angélica, o influenciador Carlinhos Maia, o ex-jogador de futebol Raí e o humorista Paulo Vieira. No campo político, além do apoio de ex-candidatos à Presidência do Brasil, como Marina Silva (Rede), Luciana Genro (Psol) e Henrique Meirelles (União Brasil), o grupo pró-Lula foi engrossado.

Agora com Lula, Fátima Bernardes disse ter esperado o surgimento de uma alternativa viável, em termos eleitorais, à polarização entre Bolsonaro e Lula. "Depois do que aconteceu nos últimos 4 anos, da falta de humanidade diante das centenas de milhares de vítimas da pandemia, dos seguidos ataques às mulheres, à imprensa, à ciência, às artes, à democracia, do retorno da fome de uma maneira inaceitável, da campanha pelo aumento do número de armas nas mãos dos civis, da mistura da religião – algo sagrado – com a política, eu achei importante revelar meu voto", disse.

Bolsonaro, por sua vez, celebrou ontem o apoio dado a ele por políticos da extrema-direita mundial, como o primeiro-ministro húngaro Viktor Orbán e o deputado espanhol Santiago Abascal, do partido ultranacionalista Vox. "Estamos falando de um presidente que, apesar de toda a esquerda atual, combateu o globalismo e foi corajoso o suficiente para colocar o Brasil em primeiro e Deus acima de tudo", afirmou Orbán, em vídeo publicado pelo presidente brasileiro no Twitter. O liberal conquistou, ainda, o apoio de personalidades, como o jogador de futebol Neymar, o ex-atleta Rivaldo, o cantor Gusttavo Lima e o sertanejo Marrone, da dupla com Bruno.

TERCEIRA VIA O pleito de hoje deve evidenciar, ainda, as dificuldades dos partidos de centro na construção de uma candidatura que pudesse furar a polarização. Ciro Gomes, embora esteja no PDT, partido de centro-esquerda, fez sinais ao centro com críticas a Lula, mas, segundo as pesquisas divulgadas ontem, deve ter menos do que os 12,47% obtidos em 2018, quando terminou em terceiro lugar. Ele, aliás, tem a posição ameaçada por Simone Tebet (MDB). Conforme Datafolha e Ipec, a emedebista e o pedetista estão tecnicamente empatados. Segundo o Datafolha, ela tem 6% das manifestações válidas, ante 5% dele; no Ipec, ambos têm 5%. Maior partido do Brasil em número de parlamentares e no acesso a recursos públicos, o União Brasil não conseguiu reivindicar para si o crachá de terceira via. A senadora Soraya Thronicke, candidata da legenda, chega às urnas estagnada em 1%.

Em horários diferentes dependendo do estado, mais de 156 milhões de brasileiros vão às urnas neste domingo. Tire as últimas dúvidas antes de escolher seus representantes

Não perca seu voto!

GUIA COMPLETO

Como votar nas eleições deste domingo

Para sanar as dúvidas que ainda rondam o período eleitoral, o *Estado de Minas* montou um guia com as principais informações para você se preparar para o dia de hoje. Confira abaixo os horários, quais os cargos estão em disputa este ano, documentos exigidos, como votar em trânsito, o que fazer para justificar o voto e mais

Preciso levar o título de eleitor?

Se não estiver com o título de eleitor, você pode votar apresentando um documento de identificação com foto (CNH, RG ou Carteira de Trabalho).

Use também o aplicativo **e-Título** do seu smartphone

Qual é o horário das eleições?

8h às 17h, no horário de Brasília

Amazonas, Rondônia, Mato Grosso do Sul, Roraima, Mato Grosso e Pará terão a votação iniciada uma hora antes

No **Acre**, a votação começará duas horas mais cedo

Fernando de Noronha
A votação iniciará uma hora mais tarde

Segundo o Tribunal Superior Eleitoral (TSE), o Brasil tem **156.454.011 eleitoras e eleitores** aptos para votar este ano

Quem é obrigado a votar?

Todos os brasileiros alfabetizados, **entre 18 e 70 anos**, serão obrigados a votar no dia da votação

Qual documento é preciso levar?

Documento de identificação oficial com foto: **identidade, carteira de motorista com foto, o certificado de reservista, a carteira de trabalho, o passaporte e a identidade funcional** emitida por órgão de classe

Posso votar em deputados e senadores de outro estado?

Não. É preciso votar no congressista do seu estado. Entre as funções dos deputados e senadores está a de representar o povo no Congresso e, para isso, cada unidade da federação possui um número de vagas

Pessoa com deficiência (PcD) é obrigada a votar?

Sim. Em regra, os eleitores PcD devem votar normalmente. As novas urnas eletrônicas contarão com acessibilidade para pessoas com deficiência visual e para eleitores com deficiência auditiva

Posso levar "colinha" para votar?

O TSE permite também que você leve uma "cola" (lembrete) com os números dos candidatos escolhidos

Posso ir votar de bermuda?

Sim. Não há "dress code". No entanto, não é permitido aparecer no local de votação sem camisa, trajando roupa de banho, como biquíni, maiô e sunga. Apenas os mesários terão de usar roupas mais compostas

Posso ir com a camisa do meu candidato?

O eleitor pode manifestar seu apoio político com o uso de bandeiras, broches, adesivos e camisetas com foto e número de candidato no dia da votação, desde que essa manifestação seja de forma individual e silenciosa

Posso me aglomerar com o meu grupo para manifestar apoio ao meu candidato?

Não. O TSE proíbe qualquer tipo de aglomeração de pessoas uniformizadas ou que portem algum identificador de candidato ou partido no dia da votação

Posso levar o meu celular para votar?

Sim. Mas os eleitores serão obrigados a deixar o telefone celular com os mesários antes de ir votar na cabine

1º	2º	3º	4º	5º
Deputado federal	Deputado estadual ou distrital	Senador	Governador	Presidente
□□□□	□□□□□	□□□	□□	□□
4 DÍGITOS	5 DÍGITOS	3 DÍGITOS	2 DÍGITOS	2 DÍGITOS

Não fiz o cadastro biométrico. Posso votar este ano?

Sim. O eleitor sem biometria não será impedido de votar em 2022. O Cadastro biométrico continua suspenso em todo o país como forma de prevenir a disseminação da Covid-19

O eleitor pode se ausentar do trabalho para votar?

Pode. O Código Eleitoral define que o direito de voto deve ser garantido a todos os cidadãos e impedir um eleitor de votar é crime eleitoral

Moro no exterior. Preciso votar?

Para as pessoas com domicílio eleitoral no exterior, o voto é exigido nas eleições para Presidência e Vice Presidência da República

Quem estiver fora do Brasil no período das eleições pode votar?

Os brasileiros que estiverem viajando não podem exercer o voto, e o sufrágio em trânsito é permitido apenas em território nacional

Quem não votou na última eleição pode votar?

De acordo com o TSE, o eleitor que não compareceu às urnas em 2020 e não justificou poderá votar normalmente nas eleições deste ano

Como faço para justificar a ausência do voto?

Pelo aplicativo e-Título para quem estiver fora do seu domicílio eleitoral, incluindo eleitores no exterior

Em caso de ausência na votação, o eleitor terá **60 dias** para apresentar justificativa ao juiz eleitoral

Como votar em trânsito?

Se o eleitor estiver fora do estado do domicílio eleitoral, o voto será somente para presidente da República. Caso seja para alguma cidade dentro do estado onde tem domicílio eleitoral, poderá votar em todos os cargos em disputa. O prazo para solicitar o voto em trânsito acabou em 18/8

ARTE: SORAIA PIVA/EM/D.A PRESS

LUIZ CARLOS AZEDO

ENTRE LINHAS

"Em momentos de radicalização política, o voto que decide é o mais silencioso. A alternância de poder é um dos princípios da democracia; o outro, o respeito aos direitos da minoria"

>>E-mail para esta coluna: luizazedo.df@dabr.com.br

O imponderável nas eleições em dois turnos

Com 200 anos de Independência, o Brasil tem instituições historicamente constituídas. Já houve muitas controvérsias sobre isso; uma das maiores foi na década de 1920, quando Oliveira Viana lançou "Populações meridionais do Brasil" (Senado Federal), obra na qual dizia que o nosso sistema político era uma cópia barata dos regimes republicanos norte-americano e europeus. Viana distinguia três tipos diferentes no país – o sertanejo, o matuto e o gaúcho. Os principais centros de formação do matuto são as regiões montanhosas do estado do Rio, o grande maciço continental de Minas e os platôs agrícolas de São Paulo, região de influência hegemônica na história do país.

"O sentimento das nossas realidades, tão sólido e seguro nos velhos capitães gerais, desapareceu, com efeito, das nossas classes dirigentes: há um século vivemos praticamente em pleno sonho. Os métodos objetivos e práticos de administração e legislação desses estadistas coloniais foram inteiramente abandonados pelos que têm dirigido o país depois da independência. O grande movimento democrático da Revolução Francesa; as agitações parlamentares inglesas; o espírito liberal das instituições que regem a república americana, tudo isto exerceu e exerce sobre nossos dirigentes, políticos, estadistas, legisladores, publicistas, uma fascinação magnética que lhes daltoniza completamente a visão nacional dos nossos problemas. Sob esse fascínio inelutável, perdem a noção objetiva do Brasil real e criam para uso deles um Brasil artificial e peregrino, um Brasil de manifesto aduaneiro, made in Europa, sorte de Cosmorama extravagante. Sobre o fundo de florestas e campos, ainda por descobrir e civilizar, passam e repassam cenas e figuras tipicamente europeias."

A partir dessa conclusão, Oliveira Viana concebeu o seu "autoritarismo instrumental", na visão do falecido cientista político carioca Wanderley Guilherme dos Santos: militares e elite agrária deveriam promover radical intervenção do Estado na vida política e social do país e criar bases sociais culturalmente aptas a sustentar um regime liberal. Não por acaso, tornou-se o ideólogo do Estado Novo de Getúlio Vargas, após a Revolução de 1930, e do futuro regime militar, que vigorou no Brasil de 1964 até a eleição de Tancredo Neves, em 1985.

As ideias de Oliveira Viana foram muito aclamadas na época. Somente o jornalista Astrojildo Pereira, fundador do Partido Comunista, teve a ousadia de criticá-lo. Seu pensamento teve notável influência na "modernização conservadora" do país e merece ser estudado até hoje, pois é a matriz mais autêntica das ideias de direita que estão aí vivíssimas, nas escolas militares e no chamado bolsonarismo. Trata-se de uma vertente autoritária do pensamento positivista, que serviu como uma luva para a projeção nacional do "castilhismo" de Getúlio Vargas como alternativa de poder.

Nos meios acadêmicos, existe um amplo consenso sobre o caráter nefasto do Estado Novo, mas não em relação à Revolução de 1930, saudada como a ruptura que concluiu a nossa "revolução burguesa" e abre-alas da modernização do Estado e da economia. No livro "História da riqueza do Brasil – Cinco séculos de pessoas, costumes e governos" (Estação Brasil), Jorge Caldeira nos mostra que a República Velha também teve o seu valor, principalmente a partir do Acordo de Taubaté, que mudou a política de exportação e teve notável papel na formação de capital para a nossa modernização, sem falar no fato de que havia uma economia de sertão, grande responsável pela existência de nosso mercado interno.

Maioria silenciosa

Chegamos ao ponto. Nosso progresso depende de um justo e democrático equilíbrio entre o Estado e a sociedade. Essa é a chave para entender a importância da Constituição de 1988 na construção desse equilíbrio. Nosso Estado de direito democrático, com todas as suas vicissitudes, garante a democracia brasileira e suas instituições políticas, algumas das quais seculares, como o Senado e o Supremo Tribunal Federal (STF). E busca superar fatores que serviram de instrumentos para crises e rupturas da ordem democrática, entre os quais dois têm a ver com a eleição que se realiza hoje: a existência de uma só votação para presidente da República e vice e a realização de dois turnos caso nenhum dos candidatos alcance mais de 50% dos votos no primeiro turno.

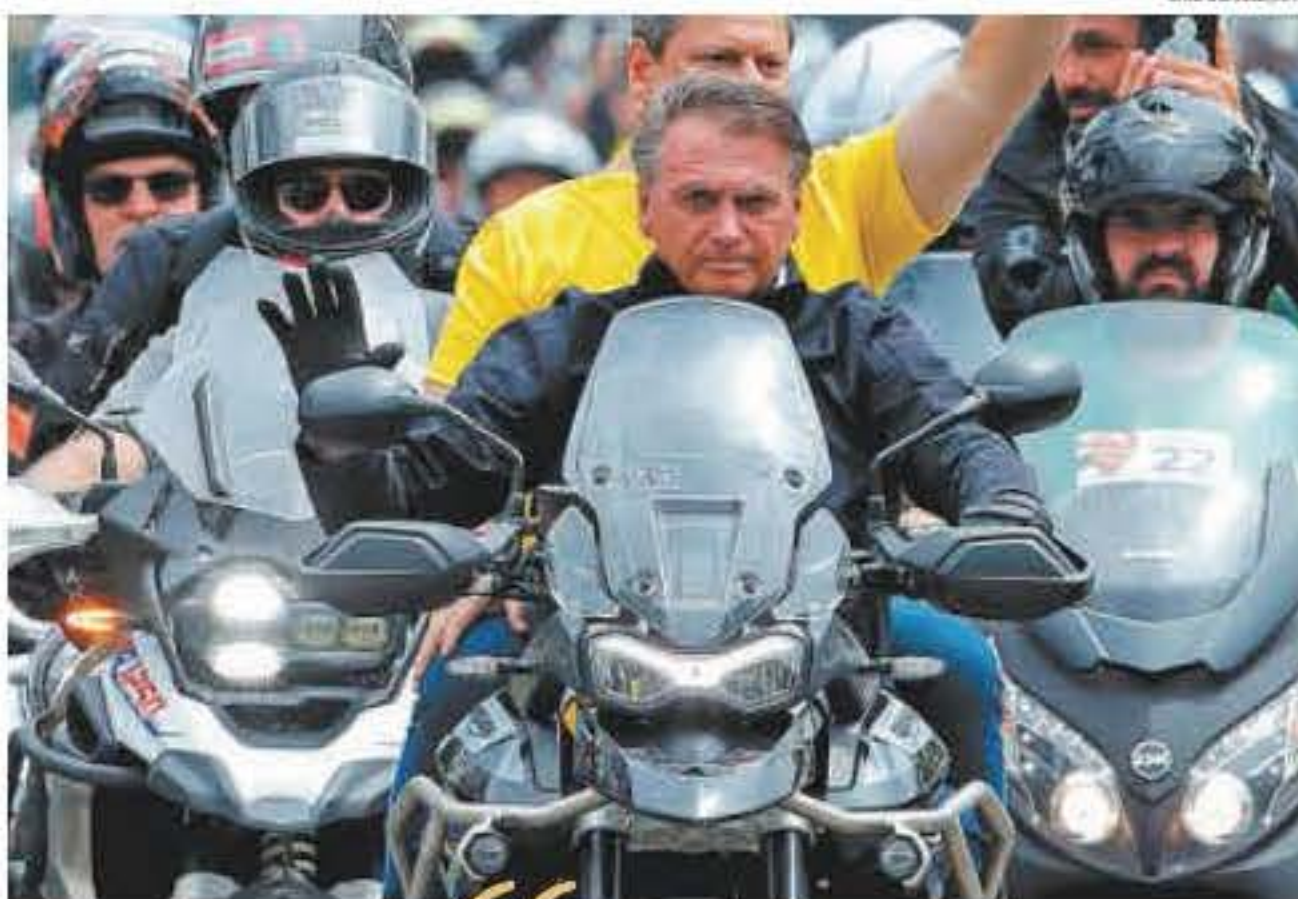
A eleição de João Goulart como vice de Jânio Quadros, graças a uma manobra de sindicalistas paulistas, que fizeram uma dobradinha pirata, a chapa Jan-Jan, foi um dos fatores que nos levaram ao golpe de 1964, porque havia uma situação na qual o presidente que renunciou havia sido eleito pela direita e seu sucessor, que assumiu legitimamente o poder, pela esquerda. Agora, ambos são eleitos pelos mesmos eleitores. Outro fator de instabilidade era o fato de o presidente eleito, por ser o mais votado, não representar a maioria dos votantes. Mesmo Getúlio Vargas, em 1950, por exemplo, teve 48% dos votos. Agora, não; precisa da maioria dos votantes, no primeiro ou no segundo turno.

O imponderável é o voto secreto, direto e universal, em urna eletrônica, à prova de fraudes. Em momentos como os que estamos vivendo, de radicalização política, o voto que decide é o mais silencioso. A alternância de poder é um dos princípios da democracia; o outro, o respeito aos direitos da minoria, principalmente ao dissenso. Vale a vontade do eleitor. Quem ganhar, leva. Seja agora ou no segundo turno.

Na véspera do primeiro turno, Lula (PT) e Bolsonaro (PL) fizeram campanha no maior colégio eleitoral do país. Pesquisas apontam possibilidade de volta às urnas em 30 de outubro

Último ato em São Paulo

MIGUEL SCHINCARIOL/AFP

CAIO GUATELLI/AFP

GUILHERME PEIXOTO

Primeiros colocados dos levantamentos de intenções de votos a respeito da eleição presidencial, Luiz Inácio Lula da Silva (PT) e Jair Bolsonaro (PL) utilizaram ontem o último dia de campanha eleitoral para encontrar apoiadores nas ruas de São Paulo (SP). Hoje, eles disputam pleito em que, apesar do cenário polarizado, Datafolha e Ipec não conseguem cravar se vai haver segundo turno ou se a disputa termina já na primeira ida às urnas. Segundo sondagem divulgada ontem pelo Datafolha, o petista tem 50% dos votos válidos, contra 36% do liberal. O Ipec, por sua vez, apontou 51% das manifestações válidas para o ex-presidente e 37% para o candidato à reeleição.

Do alto de uma caminhonete, Lula passeou pela Rua Augusta, no Centro da capital paulista. Ao lado dele, estiveram aliados como Geraldo Alckmin (PSB), candidato a vice-presidente na chapa liderada pelo PT, e Fernando Haddad (PT), que concorre ao governo paulista. Sem capacete, Bolsonaro participou de motociata e levou, na garupa, o ex-ministro Tarcísio Gomes de Freitas (Republicanos), candidato do Palácio dos Bandeirantes.

Depois de votar em São Bernardo do Campo (SP), Lula vai voltar hoje ao Centro paulistano, independentemente do resultado. A campanha reservou a Avenida Paulista para um discurso de seu líder ao fim da apuração. Ontem, durante sua última coletiva de imprensa antes do primeiro turno, o ex-presidente celebrou o fato de ter conseguido montar a maior coalizão presidencial da história do PT, com outros nove partidos, que vão da esquerda à centro-direita. "Conseguimos construir uma relação política que nunca tínhamos feito. A gente conseguiu juntar 10 partidos em torno da nossa candidatura. Por isso a alegria e o sucesso que a campanha está tendo", disse.

> "Conseguimos construir uma relação política que nunca tínhamos feito. A gente conseguiu juntar 10 partidos em torno da nossa candidatura. Por isso a alegria e o sucesso que a campanha está tendo"
>
> **Luiz Inácio Lula da Silva,** candidato do PT à Presidência da República

Depois de São Paulo, Bolsonaro foi liderar outra motociata, mas em Joinville (SC). O presidente vota no Rio de Janeiro (RJ) e, depois, vai rumo a Brasília (DF) para acompanhar a apuração. Ontem, no Twitter, o presidente relembrou um trecho de sua participação no debate do pool liderado pelo SBT para tratar do ensino público. "Os governos do PT nos deixaram nas últimas colocações no ranking de educação no mundo. Mesmo após o 'fique em casa', o Brasil de hoje cria programas para sairmos dessa situação, além de maior reajuste para professores do ensino básico diante de série histórica no Brasil", escreveu. Ainda ontem, depois de Datafolha e Ipec, a Genial/Quaest também divulgou pesquisa a respeito da corrida presidencial. Segundo a coleta, Lula tem 49% dos votos válidos; Bolsonaro está 11 pontos atrás.

CIRO E TEBET NOS REDUTOS

Com 5% no Datafolha, Ciro Gomes (PDT) foi numericamente ultrapassado por Simone Tebet (MDB), que tem 6%, segundo o instituto. No Ipec, ambos têm 5%. Em busca de estancar a desidratação de seu percentual, o pedetista optou por fazer a reta final da campanha no Ceará, seu reduto político. Depois de passar por Sobral, o pedetista fez, ontem, carreata na capital Fortaleza. O percurso serviu, também, como parte da estratégia para impulsionar o correligionário Roberto Cláudio, que corre risco de ficar fora do segundo turno local, o que imporia o fim do longo domínio do grupo político dos Gomes no governo cearense.

Ciro foi o presidenciável mais votado no Ceará em 1998, 2002 e 2018, mas, de acordo com o Ipec, está em terceiro lugar no estado, com 9% – ante 66% de Lula e 22% de Bolsonaro. "O povo do Ceará já me deu tantas honras, tantas vitórias, que agora o que é que digo: num momento de dificuldade e perseguição atroz, o que o povo cearense fizer comigo, está de bom tamanho", pontuou.

Assim como Bolsonaro e Lula, Simone Tebet fez o último ato de rua em São Paulo, mas logo embarcou para Campo Grande (MS), capital do estado que representa no Senado Federal. Lá, a emedebista foi recebida com aplausos por apoiadores e falou que Lula e Bolsonaro tentaram fazê-la de "escada" durante a campanha. "Não estou aqui para discutir quem é o mais corrupto ou o mais incompetente ou que pensa em si mesmo. Estou aqui para falar de Brasil", assinalou.

> "Os governos do PT nos deixaram nas últimas colocações no ranking de educação no mundo. Mesmo após o 'fique em casa', o Brasil de hoje cria programas para sairmos dessa situação, além de maior reajuste para professores"
>
> **Jair Bolsonaro,** presidente e candidato do PL à reeleição

Nos votos válidos projetados por Ipec e Datafolha, fora Lula, Bolsonaro, Ciro e Tebet, apenas Felipe d'Avila (Novo) e Soraya Thronicke (União Brasil) pontuaram: cada um obteve 1% cada, em ambos os institutos. Nas duas pesquisas, Padre Kelmon (PTB), Vera Lúcia (PSTU), Leonardo Péricles (Unidade Popular) e Sofia Manzano (PCB) não atingiram um ponto percentual. A pesquisa Datafolha citada neste texto foi registrada junto ao Tribunal Superior Eleitoral (TSE) sob o número BR-09479/2022. Os protocolos de Ipec e Genial/Quaest são, respectivamente, BR-00999/2022 e BR-024444-2022.

CANDIDATO DE BH Embora seja líder de uma modesta campanha, Leonardo Péricles, presidente da Unidade Popular e presidenciável do partido, fez como Ciro e Tebet e distribuiu os últimos santinhos em sua terra natal: Belo Horizonte. Morador da Ocupação Eliana Silva, no Barreiro, Péricles fez campanha perto de sua casa. "Estamos chegando à reta final plantando sementes para que a gente tenha o primeiro presidente da República negro, trabalhador e morador de periferia do Brasil", projetou. Hoje, ele vai votar pela manhã em uma escola estadual no Bairro Cachoeirinha, na Região Nordeste de BH.

CAMPEÃS DE VOTAÇÃO EM LULA E BOLSONARO

*Cerca de 700 quilômetros de distância separam Perdigão, no Centro-Oeste de Minas, cidade que proporcionalmente deu mais votos a Jair Bolsonaro (PL) em 2018 – 72% no primeiro turno e 83% no segundo –, de Itacarambi, no Norte do estado, município que mais votou em Lula em 2006 – 81% no 1º turno e 88% no segundo. Com menos de 20 mil habitantes, os dois municípios guardam poucas semelhanças entre si, seja na geografia, na economia, na área social ou nos motivos que levaram seus eleitores a votar maciçamente nos candidatos. O **Estado de Minas** visitou as duas cidades e conversou com seus moradores para mostrar o que eles estão esperando para a votação de hoje e saber se vão descarregar novamente caminhões de votos no seu presidenciável preferido.*

A mais bolsonarista de MG

Bernardo Estillac
Enviado Especial

FOTOS: TULIO SANTOS/EM/D.A PRESS

Para o vereador Juninho Cearense, Bolsonaro vence, mas "a margem vai ser menor um pouco"

Wenderson Júnior, confiante na vitória: "Todo mundo diz que vai votar nele (Bolsonaro) de novo"

Perdigão – Em Perdigão, o cenário político-eleitoral não parece muito diferente do que era há quatro anos, quando Jair Bolsonaro derrotou Fernando Haddad (PT) por larga margem de votos. Moradores contam sobre a expectativa para as eleições na cidade e se dividem entre quem acha que Bolsonaro mantém a votação expressiva de 2018 e quem avalia que o presidente segue levando a melhor, com uma vantagem mais apertada. Mas a aposta é na vitória do candidato do PL. Em comum, uma aversão aos candidatos petistas, que pode ser registrada no histórico das disputas eleitorais da cidade.

Na última eleição presidencial, Bolsonaro teve 72,13% dos votos de Perdigão no primeiro turno, maior marca de Minas. No segundo turno, o então candidato pelo PSL foi a escolha de 83,39% dos eleitores perdiguenses, novamente recorde estadual. Entre os apoiadores do presidente que acreditam que os números se repetirão em 2022 está o representante comercial José Naves. "Acho que a cidade está até mais fechada com Bolsonaro. Nosso prefeito foi bem-aceito pelo povo e ele é bolsonarista. O povo se lembra demais do que o Lula fez no Brasil, muito desgaste, muita covardia", avalia.

A oposição a Lula é um argumento recorrente na cidade, bem como a aprovação de pontos comportamentais do presidente, como no caso do motorista Wenderson Junior: "Todo mundo da cidade diz que vai votar nele de novo. O pessoal está avaliando bem o governo, ele é linha direta, não tem esse negócio de ficar rodeando. Ele pôs a mão nos cofres e não deixou ninguém roubar. Por enquanto, ele tem meu voto de confiança", diz.

Mas há também quem acredita que Bolsonaro não deve repetir o mesmo sucesso na cidade. O presidente da Câmara Municipal de Perdigão, vereador Juninho Cearense (Avante), cita uma pesquisa informal feita pelo prefeito Juliano Lacerda (Avante) para estimar uma vitória mais apertada para o candidato à reeleição. "Eu acho que a margem não vai ser a mesma, vai ser menor um pouco. O prefeito fez uma pesquisa há dois meses e o Bolsonaro estava com 46% e o Lula com 22%. Lula aumenta a porcentagem dentro da fábrica dele, ele tem uns 400 funcionários", disse o vereador. Para Juninho, a perda de votos em redutos bolsonaristas pode influenciar no cenário nacional das eleições: "É de preocupar; a gente que apoia o presidente acha que é preocupante. Acho que os operários mudaram o voto".

A comerciante Luciana Brandão, que trabalha em uma loja de produtos agrícolas, compartilha da mesma impressão do presidente da Câmara Municipal. Analisando o fluxo de clientes, ela conta que tem ouvido mais pessoas declarando voto em Lula. "Já vi gente que veio aqui na loja e disse 'eu voto no Lula e eu voto com muito prazer'. Eu fico calada, porque a gente está no comércio, não pode discutir. Em questão de política, futebol e religião, cada um tem o seu, então a gente respeita. Eu tenho escutado isso principalmente de pessoa humilde, pessoa que não sabe nem o que está acontecendo ali em São Paulo, nem em Belo Horizonte", conta a vendedora, que se diz apreensiva com o cenário, apesar de achar que Bolsonaro ainda é a preferência da maioria na cidade.

PT nunca venceu em Perdigão

Desde a redemocratização, o Partido dos Trabalhadores teve candidatos à Presidência entre os dois mais bem votados no país em todas as eleições. Foram oito disputas, tendo o PT levado a melhor na metade delas, algumas com votações vitoriosas mesmo em cidades de regiões historicamente avessas ao partido, como o Sul de Minas. Em Perdigão, no entanto, há uma constante: os candidatos que se opuseram aos petistas levaram a melhor em todas as votações.

Perdigão tem como atividade econômica mais relevante a indústria de calçados, a exemplo da cidade limítrofe, Nova Serrana, principal centro do polo calçadista do estado. Essa não é a única característica que os municípios vizinhos têm em comum. Em Nova Serrana, o PT só venceu nas disputas presidenciais em 2002, quando Lula levou a melhor sobre José Serra (PSDB) por menos de um ponto percentual no segundo turno. Além disso, as duas cidades são destino de muitos migrantes do Nordeste do Brasil e do Norte de Minas, que chegam na região à procura de empregos nas fábricas.

"Toda vez que eles vão lá no Nordeste, vai um e voltam uns dez", afirma Edson Amaral, que trabalha em uma oficina de reciclagem em Perdigão. No último censo, realizado pelo IBGE em 2010, 7,5% da população de Nova Serrana vinha de estados nordestinos, o maior percentual entre pessoas vindas de outros estados do Brasil. A chegada de trabalhadores de regiões que historicamente votam no PT não faz efeito nas urnas do Centro-Oeste mineiro.

O cenário antipetista de Perdigão foi terreno fértil para o candidato de oposição ao PT em 2018. A cidade, aparentemente, não dá indícios de ser a mais visceral apoiadora do presidente. Há poucas bandeiras do Brasil e as raras propagandas políticas vistas pela cidade não são do partido de Bolsonaro e nem trazem nomes ou o rosto de lideranças bolsonaristas do estado. Embora tenha sido a maior votação de todo o estado, proporcionalmente, os números de Bolsonaro em Perdigão não são muito diferentes dos de Aécio Neves (PSDB) em 2014. Se o atual presidente teve 83,39% dos votos no segundo turno, o tucano teve 79,76% quando perdeu a disputa para Dilma Rousseff.

Em um galpão repleto de materiais recicláveis, Edson Amaral conta que manterá o voto em Bolsonaro em 2022 e dá relato que exemplifica como é difícil que o PT se infiltre no eleitorado da cidade. "Tem gente que fala que vai votar no Lula porque no tempo dele tinha carne e não faltava uma coisa e outra na mesa. Acho que este ano a turma está mais dividida. Tem esse boato de que o Bolsonaro comprou não sei quantas casas aí, que também pode atrapalhar ele. Mas eu mantenho meu voto para não ir para o Lula. Se cair na mão do Lula vai ser igual era antes, ele o tempo todo roubando. Falam que não foi provado, mas é porque lá em cima tem o bolinho dele lá, puseram um pano por cima."

PANDEMIA Se, em boa parte do país, o presidente é muito criticado pela gestão da pandemia, o elevado número de mortes e falas se opondo ao isolamento social e à eficácia das vacinas, em Perdigão, o impacto da COVID-19 é apresentado como um motivo para votar pela reeleição. "Se a gente parar para pensar, o Bolsonaro por exemplo, ele pegou tudo de ruim. Ele pegou uma guerra, pegou uma pandemia. Como que ele ia resolver isso tudo? Eu acho que ele merecia a segunda chance", disse a comerciante Luciana Brandão.

Para o motorista Wenderson Junior, a sensação é a mesma: "Se ele for reeleito, vai fazer um bom governo. Nesse agora ele não conseguiu trabalhar como queria porque veio crise, veio a pandemia, ele não teve culpa, não teve como fazer um bom governo".

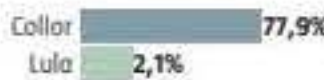
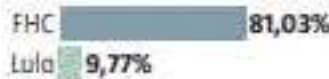
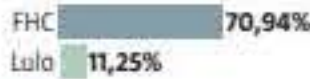
RELIGIÃO Em 2010, segundo o último censo do IBGE, cerca de 83% da população de Perdigão era católica, enquanto os evangélicos eram 16% dos habitantes. Passada mais de uma década, a percepção dos moradores aponta para uma realidade bem diferente. "O cenário mudou demais desde 2010, acho que aumentou uns 50% da população evangélica no município. Se não for a metade, tem mais evangélicos que católicos e esse voto no Bolsonaro ninguém tira, não", calcula o presidente da Câmara Municipal, Juninho Cearense, que é vereador da cidade pelo terceiro mandato consecutivo.

Uma percepção superficial da cidade tende a corroborar a fala do vereador. Em uma rápida caminhada pelo Centro de Perdigão, é possível constatar ao menos quatro igrejas protestantes de diferentes denominações. Entre evangélicos e católicos, temas caros aos cristãos também foram apontados como justificativa para o voto em Bolsonaro por moradores que conversaram com o **Estado de Minas**. Foi o caso da dona de casa Karine Lopes. "Muita gente não ficou satisfeita com o governo do Bolsonaro, mas mesmo assim ele vai ganhar. Acho que o percentual cai, no máximo, para uns 70%. Acredito que isso seja pelo fato de ter muita gente aqui ligada à família e o Lula ser a favor do aborto ajuda um pouco nessa questão aí", analisa.

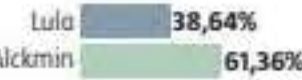
HISTÓRICO DE VOTAÇÃO

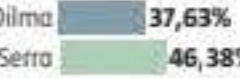
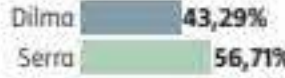
Os resultados na cidade mineira que mais deu votos a Bolsonaro

1989

1994

1º TURNO
FHC 81,03%
Lula 9,77%

1998

2002

2006

2010

2014

2018

Lula teve quase 9 de cada 10 votos em Itacarambi, em 2006. Segundo políticos locais, façanha só foi possível porque o então prefeito conseguiu uma aliança entre situação e oposição na cidade

'Chefe' da cidade comandou recorde de votos a petista

Luiz Ribeiro
Enviado Especial

Itacarambi – Banhado pelo Rio São Francisco, Itacarambi, de 18,17 mil habitantes, no Norte do estado, foi o município mineiro onde o ex-presidente Luiz Inácio Lula da Silva teve mais votos na última eleição presidencial que disputou, em 2006. Na ocasião, Lula alcançou 81,45% dos votos em Itacarambi, por causa de uma união inédita na cidade, da oposição (formada pelo PT) e da situação, comandada pelo então prefeito José de Paula Ferreira, o Zé de Paula, um antigo "chefe político" da cidade, falecido em 2019. Após a eleição de 2006, na qual o petista foi reeleito presidente, a "aliança" formada em torno do nome dele em Itacarambi foi desfeita. Na eleição deste ano, tanto Lula como o seu principal adversário, o presidente e candidato à reeleição Jair Bolsonaro (PL), recebem apoios de grupos locais.

O ex-presidente tem como trunfo o fato de que nos últimos 20 anos o PT sempre venceu as eleições para presidente da República no município, considerado um "reduto" do partido, assim como outras pequenas cidades de baixa renda do Norte de Minas. Com Índice de Desenvolvimento Humano (IDH) de 0,641, Itacarambi tem 2.654 famílias atendidas do Programa Auxílio Brasil (ex-Bolsa-Família) e 4.659 inscritos no Cadastro Único (CadÚnico) de benefícios do governo federal, segundo dados do Ministério da Cidadania.

Itacarambi ganhou destaque na imprensa nacional por um fato triste ocorrido em dezembro de 2007, quando um tremor de terra, de 4,9 graus na escala Richter, dizimou a comunidade de Caraíbas, na zona rural do município, e causou a morte de uma menina de 5 anos, a primeira (e até hoje a única) vítima de um abalo sísmico do Brasil.

Em 2006, o grupo da oposição que apoiou Lula em Itacarambi era liderado pelo comerciante Sebastião Alves dos Santos (PT), o Tiãozinho do PT, que era vereador na cidade, na ocasião. Ele recorda que, dos 13 vereadores da cidade, apenas três eram contrários à gestão do então prefeito Zé de Paula. "Apesar de apoiar o mesmo candidato a presidente da República, fizemos campanhas paralelas, sem subir no mesmo palanque", recorda Tiãozinho do PT. Ele reconhece que a influência de Zé de Paula era "muito forte" no município. "Mas, fomos nós que saímos nas ruas, com bandeiras, pedindo votos para Lula."

O comerciante, que foi candidato a prefeito em 2020 e ficou em quarto lugar, não exerce hoje cargo eletivo, mas continua sendo uma das principais lideranças do PT em Itacarambi, onde coordena novamente a campanha de apoio a Lula. Ele disse que reconhece que Jair Bolsonaro tem apoio de segmentos da comunidade local, como dos evangélicos e de empreendedores, mas está confiante de que o PT terá novamente uma vitória expressiva na cidade ribeirinha, como foi na eleição presidencial anterior.

No segundo turno da eleição de 2018, O então candidato a presidente pelo PT Fernando Haddad teve 68,97% dos votos na cidade contra 11,03% dados a Jair Bolsonaro (então filiado ao PSL). "Acredito que Lula terá cerca de 70% dos votos no município", diz Tiãozinho. Atualmente, o PT tem apenas um vereador na cidade, João Campos. "Mas, aqui, hoje, as pessoas não acompanham muito as lideranças", comenta o petista.

O pedreiro Aguinaldo Soares de Oliveira, de 55 anos, morador de Itacarambi, declara abertamente que vai apertar o número 13 de Lula para presidente neste domingo, 2 de outubro. "Nossa região precisa muito de emprego. Se ele ganhar, acho que as coisas poderão melhorar", justifica, acrescentando que é um "apoiador histórico" do PT. "Toda vida votei no PT. Trabalhei mais de 20 anos em São Paulo e passei a acompanhar o partido", confessou.

A dona de casa Maria da Conceição de Oliveira, de 55, também revelou que vai votar em Lula neste domingo. "Acho que o Lula fez um bom governo", afirmou Maria da Conceição, reclamando da situação de extrema pobreza em que vive em Itacarambi. Ela disse que sua família sobrevive com a renda de seus filhos, que têm deficiências e recebem o Benefício da Prestação Continuada (BPC), um salário mínimo (R$ 1.212) cada um.

FOTOS: LUIZ RIBEIRO/EM/D.A PRESS

Tiãozinho do PT está confiante numa vitória expressiva de Lula, apesar do crescimento de Bolsonaro

A dona de casa Maria da Conceição vai repetir o voto em Lula: "Acho que ele fez um bom governo"

HISTÓRICO DE VOTAÇÃO

Os resultados na cidade mineira que mais deu votos a Lula

1989

1994

1998

2002

2006

2010

2014

2018

1º TURNO
Bolsonaro 24,01%
Haddad 63,34%

2º TURNO
Bolsonaro 31,03%
Haddad 68,97%

Apoio foi pedido por ex-ministro

A grande votação que Luiz Inácio Lula da Silva teve em Itacarambi em 2006 se deve à atuação do então prefeito José de Paula Ferreira. Natural de Frutal, no Triângulo, Zé de Paula mudou-se para Itacarambi (um antigo distrito de Januária, que se chamava Jacaré) e tornou-se o maior líder político da história do município, que administrou por quatro mandatos – era considerado "sistemático" e carismático ao mesmo tempo. Ele faleceu em 2019, aos 96 anos.

Em 2006, o grupo situacionista se juntou à oposição no apoio a Lula no município somente em função da liderança de Zé de Paula. O então prefeito decidiu apoiar a reeleição do petista em atendimento a pedido do ex-ministro Walfrido Mares Guia, com quem Zé de Paula mantinha boas relações. Familiares do ex-ministro têm investimentos na região.

A história é recordada pelo comerciante Paulo Rodrigues de Souza, o Paulão, que era vice-prefeito da cidade na época. "O Zé de Paula era totalmente contra o PT e decidiu apoiar o Lula por causa de um pedido do Walfrido. Como o Zé de Paula praticamente construiu nossa cidade, por causa dele passamos a apoiar o Lula. Mas posso dizer que foi contra a nossa vontade. Não era nossa intenção votar no Lula", relata.

Ele disse que o então chefe do Executivo não chegou a obrigar ninguém do seu grupo a votar no petista. "Mesmo assim, todos os correligionários apoiaram o Lula em respeito ao Zé de Paula", afirma o ex-vice-prefeito. Paulão afirma que, passada a eleição de 2006, ele retornou à sua "origem" e não teve mais nenhum contato com o PT. Em 2010, apoiou para presidente José Serra (PSDB) contra Dilma Rousseff (PT). Já afastado do grupo de Zé de Paula, ele voltou a exercer outro mandato de vice-prefeito, entre 2013/2016, junto com o ex-prefeito Ramon Campos (PDT).

Na atual campanha, filiado ao Avante, Paulo Rodrigues de Souza disse que está empenhado em apoiar o atual presidente da Republica. "Sou Bolsonaro até debaixo d'água", afirma Paulão. "O PT de hoje não é mesmo daquele de 2006", diz.

Embora o PT tenha um histórico de vitórias nas eleições presidenciais em Itacarambi, o ex-vice-prefeito diz que está na expectativa de que, desta vez, será diferente. "Acho que as pessoas vão votar contra o PT por causa do envolvimento do partido com a corrupção. Além disso, temos aqui um grupo que está muito empenhado na campanha do Bolsonaro. Se ele não ganhar a eleição em Itacarambi, vai ficar no 'quase'", acredita. "O Lula acostumou o povo somente a receber o dinheiro de graça sem fazer nada. Hoje, se a gente procura um servente de pedreiro aqui para fazer um serviço, não encontra. Não pode dar para o povo ribeirinho somente o peixe, mas o anzol para pescar", critica.

Girleno Rodrigues diz que vai votar em Bolsonaro: "Acho que o povo está enxergando a verdade"

Outro apoiador de Bolsonaro na cidade é ex-vice-prefeito Girleno Rodrigues de Oliveira, o Juquinha. Ele elogia as medidas econômicas adotadas pela atual gestão federal, que, na sua opinião, "organizou vários setores do país". "Com a pandemia, se o Brasil tivesse outro governante que não tivesse adotado as medidas que o Bolsonaro tomou, o Brasil estaria quebrado", declarou. "Acredito que o povo está enxergando a verdade e as coisas a favor do governo, enquanto a mídia só mostra o contrário", completou.

OPINIÃO

ESTADO DE MINAS
FUNDADO EM 7 DE MARÇO DE 1928

FUNDADOR DOS DIÁRIOS ASSOCIADOS: ASSIS CHATEAUBRIAND

Diretor-Presidente: Álvaro Teixeira da Costa
Diretor-Executivo: Geraldo Teixeira da Costa Neto
Vice-presidente de Negócios Corporativos: Josemar Gimenez de Resende
Diretor de Publicidade: Mário Neves
Diretor Jurídico: Joaquim de Freitas
Diretor de Redação: Carlos Marcelo Carvalho
Diretora Administrativa e Financeira: Sônia Márcia Souza Silva Campos
Editora-Executiva: Renata Neves

EDITORIAL

Democracia sempre. Violência nunca

O Brasil vai às urnas neste domingo, na maior festa da democracia. Desde que o país conseguiu se livrar da ditadura militar instalada em 1964, os dias de votação se tornaram motivo de orgulho para os brasileiros. O direito de escolher seus representantes nos governos e nos legislativos passou a ser uma conquista da qual ninguém cogita abrir mão. Portanto, independentemente das posições políticas de cada um, que o respeito ao contraditório prevaleça entre os mais de 156 milhões de votantes cadastrados pelo Tribunal Superior Eleitoral (TSE).

Não há por que transformar a celebração cívica, o exercício da cidadania, em um ato de violência. É inconcebível que, em uma democracia como a brasileira, que passou por tantos testes, os eleitores tenham medo de sair de casa vestindo as cores de seus candidatos. A liberdade de escolha é um preceito constitucional. Qualquer tentativa de cerceamento, de intimidação, deve ser repelida com veemência pelas autoridades. Aqueles que não conseguem conviver com diferentes posições devem ser submetidos ao rigor da lei caso extrapolem a linha do bom senso e da convivência pacífica.

O futuro do Brasil não pode estar atrelado ao desejo de uns e de outros, mas, sim, da maioria. É ela que dará autoridade para que os eleitos no processo democrático possam enfrentar os desafios que estão colocados. O país retornou ao mapa da fome. A inflação massacra a renda das famílias. O desemprego ainda atormenta 10 milhões de pessoas e quase 30 milhões não ganham o suficiente para viver com dignidade. A educação se deteriorou de uma tal forma que quase metade dos alunos do ensino fundamental não sabe interpretar textos e fazer contas básicas de matemática. O acesso à saúde pública permanece restrito.

> As próximas gerações precisam que as escolhas de agora lhes permitam viver em um país mais justo, inclusivo, diverso

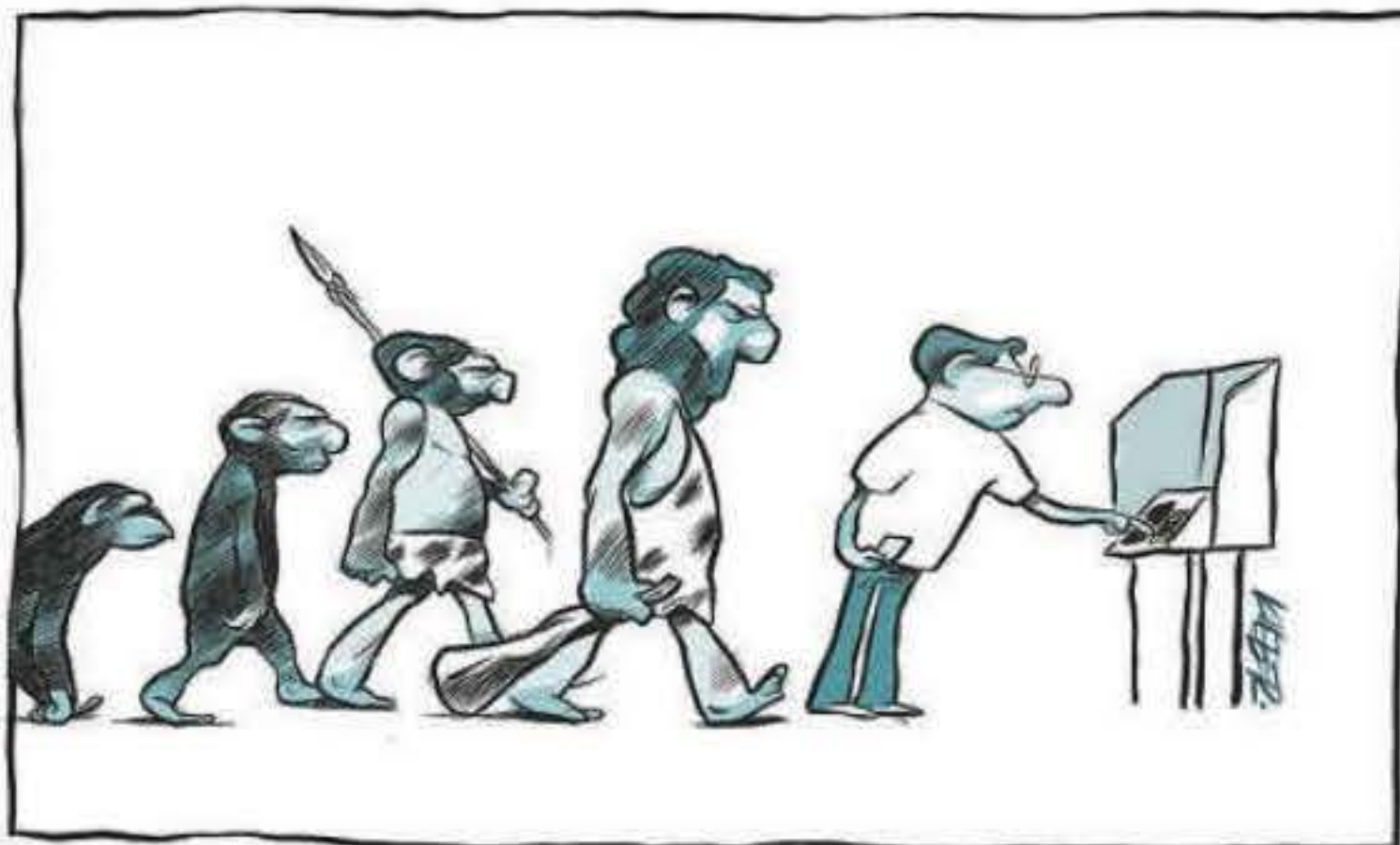
O Brasil não cresce de forma sustentada há uma década. A variação média do Produto Interno Bruto (PIB) nesse período foi de apenas 0,3% ao ano. Não há como se falar em inclusão social sem um avanço contínuo da economia. Programas de renda são importantes para reduzir o enorme passivo que o país tem com sua legião de miseráveis, porém, é o crescimento da produção e do consumo o único caminho para reduzir o enorme fosso que separa ricos e pobres. A receita inclui credibilidade e previsibilidade, não um tensionamento constante que alimenta as incertezas e afasta os investimentos produtivos.

Com tanto por fazer, o voto consciente, responsável, com respeito às regras democráticas, é fundamental. O Brasil é maior do que qualquer governante ou legislador de plantão, que chega ao poder por meio da vontade popular, e cabe a ela decidir se o mantém, ao lhe conferir um novo mandato, ou se o pune ao conceder a vitória ao oponente. Essa regra, reforce-se, vale para o presidente da República, para governadores, deputados e senadores. Aqueles que não concordarem com as letras da Constituição, que se retirem do jogo.

Depois de tanta radicalização e de atos e bravatas que estimularam o ódio e o rancor, que em nada contribuíram para o debate, o domingo de eleições deve ser de redenção para um Brasil vibrante, miscigenado, cheio de oportunidades, de esperança. As próximas gerações precisam que as escolhas de agora lhes permitam viver em um país mais justo, inclusivo, diverso. Isso passa pelo fortalecimento da democracia, que tem as suas imperfeições, mas todas as vezes que se tentou afrontá-la, os resultados foram terríveis. A hora é de dizer sim à paz, e um sonoro não à violência.

FRASE

> Vamos todos votar com paz, segurança e harmonia; respeito e liberdade; consciência e responsabilidade. Juntos, todas as brasileiras e brasileiros na grande festa da democracia: as eleições gerais de 2022

■ **Alexandre de Moraes**, presidente do Tribunal Superior Eleitoral (TSE)

KLEBER

ESPAÇO DO LEITOR

POR CARTA

As cartas devem conter nome, endereço completo, número do telefone e cópia da carteira de identidade, podendo ser publicadas na íntegra ou parcialmente.

Avenida Getúlio Vargas, 291 - 2º andar - Funcionários - Belo Horizonte - MG - CEP 30112-020 - Fax: (31) 3263-5070

DEBATES

Eleitora critica postura dos candidatos

Gislaine Aguiar
Belo horizonte

"É muito triste termos que assistir aos debates envolvendo candidatos, os quais nos serviriam de referência para escolhas, sendo usados para trocas de acusações. Nós, eleitores, queremos saber de suas propostas, de como poderemos contar com os senhores. Não nos interessam questões pessoais, balanços do que foi ou não foi feito, dívidas adquiridas ou não pelo estado. Estamos querendo saber, senhores, é como a educação receberá mais verbas, como a saúde será beneficiada, de que forma o transporte público se adequará para a população trabalhadora, que tanto sofre. Interessa-nos saber como ficará a segurança. Poderemos sair às ruas com mais tranquilidade?
Tenham em mente que eleitor não precisa receber informações mirabolantes, o povo não precisa ouvir acusações, o ser humano quer ser respeitado. Quer ter o direito de ir e vir, quer receber seu salário e gastá-lo sem medo de que ele acabe antes do final do mês. Quer ter vida digna, viver decentemente, podendo honrar seus compromissos. Seres humanos precisam de vida, e não de acusações e problemas. A vida já anda muito difícil, e é também papel dos políticos fazê-la mais leve e gratificante."

ELEIÇÕES

Leitor comenta sobre alianças políticas

Wandir Pinto Bandeira
Belo Horizonte

"Alistei-me e votei pela primeira vez em 1950. Desde então, participei das eleições e plebiscitos que se sucederam, sempre animado pela esperança da superação dos problemas e entraves ao desenvolvimento do nosso país e de melhores condições de vida para nossa gente. O que não faltou foram promessas de candidatos a todos os níveis – Presidência da República, governadores, prefeitos, senadores, deputados e vereadores, nem sempre concretizadas como soe acontecer com as promessas de políticos em campanha. No entanto, para as eleições deste ano, está acontecendo algo muito estranho, qual seja a aliança entre ferrenhos adversários de ontem, e que pelos vídeos divulgados pelas redes sociais seriam suficientes para incompatibilizar Lula e Alkmin, pela mútua troca de graves e pesadas ofensas. Situação semelhante acontece no apoio que Lula dá a Kalil, mas, quando em campos opostos, vídeos revelam que houve também troca de farpas entre eles. Isso mostra que na cegueira da ambição política, caráter, valores éticos e morais não precisam ser considerados."

● MOTOCICLISTA MORRE EM ACIDENTE COM CARRETA SEM FREIO NO ANEL RODOVIÁRIO

"Deveria ter uma área de escape próximo ao pátio do Detran."
■ **Renato Silva**

"Tem que aumentar a fiscalização de veículos pesados naquela região, nos dois sentidos de direção, diariamente. Caminhões devem permanecer/trafegar à direita da via. É só filmar lá e constatar os perigos. Não se esqueçam das balanças na BR-040."
■ **Wellington Reis**

● VOTOS DE INDECISOS SOMAM 11% E PODEM MUDAR O RUMO DAS ELEIÇÕES

"E deve ter muita gente que já decidiu o voto e não quer declarar, seja por medo de confusão, ou seja por vontade mesmo."
■ **Rita de Cássia Dutra Clemence**

● ELEIÇÕES 2022: VEJA AS PRINCIPAIS GAFES NO DEBATE PRESIDENCIAL DA GLOBO

"Gafes?... Isso pra mim é falta de compromisso mesmo, falta de interesse. Duvido que um deles ali estudou qual era a proposta de governo dos outros candidatos. Até porque, tem gente que nem tem proposta nenhuma para apresentar, né?!"
■ **@holidaythais**

● PROFESSOR DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE VIÇOSA É INVESTIGADO POR ESTUPRO

"Não há descanso em nenhuma esfera. Que triste."
■ **@leticiapiresbh**

● ROMANCES FOCAM A BRUTALIDADE QUE ATINGE ADOLESCENTES BRASILEIRAS

"Só de ver esse desenho já despedaça meu coração. Que Deus proteja nossas crianças e adolescentes. Parabéns aos autores por retratar uma realidade tão horripilante."
■ **@vania_silva_543**

● NOVA LIMA E ITABIRA SE LIVRAM DE TRÊS BARRAGENS TIPO MARIANA E BRUMADINHO

"Fim do medo nada. Em Itabira, ainda há várias dessas."
■ **@washington_esmg**

"Isso é o mínimo esperado."
■ **@geanneti.tavares**

● RAFAEL FERREIRA LEVA BELEZA DO AGLOMERADO DA SERRA PARA A PRAÇA DA LIBERDADE

"Muito lindo seu trabalho."
■ **@vania_silva_543**

"Maravilhoso trabalho."
■ **@angelicapi2017**

"Que trabalho lindo!!!."
■ **@alinechups**

A revolução da longevidade: novas formas de pensar

Maria Claudia Toffoli

Diretora de marketing da Kimberly-Clark na América Latina

Ano após ano, percebemos como as gerações evoluem junto com as mudanças em nossa sociedade e a partir da tecnologia que nos cerca. Nas últimas décadas, a expectativa de vida aumentou, transformando o conceito de envelhecer. Hoje, o envelhecimento transcende julgamentos e desafia a maneira como a sociedade enxerga as pessoas na terceira idade.

Atualmente, os idosos sentem-se mais vivos do que nunca, mostrando um envelhecimento ativo e aproveitando o tempo da maneira que mais gostam, muitos deles quebrando recordes mundiais.

Lembro-me de que quando era criança, os avôs e avós costumavam ficar em casa, não eram muito ativos e eram os encarregados de cuidar dos familiares e das tarefas domésticas. É difícil imaginar todos os que têm mais de 60 anos nesses papéis hoje.

Há idosos que adoram esportes, outros adoram viajar e viver novas experiências e outros passam pela última fase da vida desenvolvendo projetos pelos quais são apaixonados. Sem ir muito longe, há alguns anos, o norte-americano Gene Dykes conseguiu quebrar um recorde mundial ao terminar uma maratona em 2h54min23 aos 70 anos – algo impossível para a maioria da população com metade da sua idade.

> As fases da vida tornaram-se indistintas, não passamos mais da idade adulta para a velhice, estamos diante de um novo paradigma

Os maiores de 60 anos não só mudaram seus hábitos de vida, optando por outros mais saudáveis, mas também sua forma de consumo. De acordo com estudo publicado pela Statista em 2022, a respeito dos hábitos digitais e de consumo, entre os idosos houve um aumento de 160% nas buscas por "maiô para mais de 60 anos", um aumento de 84% nas buscas por "exercícios e atividades para manter o corpo saudável" e 114% nas buscas por "alongamento para mulheres mais velhas".

O estudo indica ainda que 89% dos maiores de 60 anos admitem ter aumentado o consumo de streaming pago no último ano e 58% deles costumam usar a internet para comprar aparelhos eletrônicos. Da mesma forma, registrou-se aumento no uso de aplicativos de encontros para idosos em 107%. Além disso, 70% dos maiores de 60 anos declaram ter vida sexual ativa.

As fases da vida tornaram-se indistintas, não passamos mais da idade adulta para a velhice, estamos diante de um novo paradigma, uma nova narrativa sobre a velhice e uma forma inédita de pensar sobre como passamos as últimas décadas de nossas vidas.

No âmbito do Dia Internacional do Idoso – comemorado ontem –, da Kimberly-Clark e a Plenitud, e através da nossa campanha "Repensemos como nos vemos", convidamos todos a deixar de lado os preconceitos e fazer parte de um novo momento que não só nos leva a repensar como vemos a velhice, mas também abre um leque de possibilidades de como vivê-la.

O gigante asiático

Sacha Calmon

Advogado, coordenador da especialização em direito tributário da Faculdades Milton Campos, ex-professor titular da UFMG e UFRJ

Ásia reassume a relevância de três séculos atrás. É importante temos informações do cenário internacional, mormente de nossos parceiros comerciais. No particular, a China vem em primeiro lugar. E como está a segunda potência econômica da Terra?

Paulo Gala é economista-chefe do Banco Master de Investimento. Graduado em economia pela FEA-USP, é mestre e doutor em economia pela Fundação Getulio Vargas de São Paulo, instituição onde leciona desde 2002 e na qual foi coordenador do mestrado profissional em economia e finanças entre 2008 e 2010.

Pois bem, vejamos o que nos diz: "O modelo chinês de crescimento seguiu a estratégia de sucesso do Japão do pós-guerra, da Coreia do Sul e de Taiwan dos anos 70 e 80, e da Malásia, da Indonésia e da Tailândia nos 90: exportações de manufaturas para a economia mundial. Transferência de trabalhadores do campo para o setor industrial com ampla ajuda e interferência do governo".

Foi um modelo de estrondoso sucesso no sentido de criar complexidade tecnológica, capacidades locais de produção, aumentos de produtividade e crescimento sustentado de renda per capita. A China passou para o grupo de economias sofisticadas do mundo em termos tecnológicos e se tornou a segunda maior economia do planeta.

A China tem conseguido prolongar seu processo de crescimento apesar das dificuldades da pandemia, da inflação mundial e da alavancagem de seu mercado imobiliário. Os últimos dados de crescimento mostram que ainda é o investimento agregado que puxa a demanda chinesa. As exportações têm contribuição mais fraca na margem, e o consumo cresce a taxas bem menores.

Claro que o governo chinês poderá continuar com sua estratégia de ondas de estímulos. Mas o modelo de crescimento chinês já não será capaz de gerar taxas tão elevadas como no passado. Hoje, com uma economia de US$ 15 trilhões, não será fácil colocar o montante de estímulos necessários para crescer a taxas elevadas.

Os lockdowns ligados aos casos de COVID-19 e a superalavancagem do mercado de construções e residências dificultam o cenário de crescimento chinês. As elevadas taxas de crescimento do passado dificilmente se repetirão no futuro. O caso chinês é um extremo produzido por crédito direcionado e fortíssima intervenção estatal no sentido de criar infraestrutura (portos, rodovias, ferrovias e aeroportos), capacidade de produção industrial e construções residenciais e comerciais.

Representando menos de 50% do PIB, o consumidor chinês ainda não é capaz de manter a economia crescendo a 7% ao ano. Se o setor de construção civil parar e o governo interromper os investimentos em infraestrutura, o crescimento chinês cairá rapidamente abaixo dos 4%. As elevadas taxas de crescimento do passado dificilmente se repetirão no futuro, mas a China nos garante, seja como consumidora de bens alimentícios seja como investidora em nossa economia.

> O mundo moderno está aí. A Europa quis seguir a política americana e se deu mal. Os governos de esquerda extrema se danaram. É só ver Coreia do Norte e Cuba! Os de extrema-direita, como o de Orban, na Hungria, também se isolaram!

O que não se entende é a animosidade do presidente do Brasil em relação à China. Não faz sentido! Colocar-se como ideólogo num mundo que mudou muito desde 1950, sem que muita gente se dê conta, não se aplica aos líderes das mais de 200 nações hoje existentes.

A diplomacia econômica deve preocupar-se com as trocas internacionais sem ideologia (não está acontecendo isso!). O Itamaraty parece ter se apagado no governo de Bolsonaro ou terá sido paralisado por ele. O fato é que a diplomacia do Brasil sumiu em prejuízo de nós mesmos, ou melhor, do povo brasileiro. Mas a diplomacia é importante demais e teremos que reativá-la para que funcione, sem adotar ideologias, algo cada vez mais anacrônico!

O mundo moderno está aí. A Europa quis seguir a política americana e se deu mal. Os governos de esquerda extrema se danaram. É só ver Coreia do Norte e Cuba! Os de extrema-direita, como o de Orban, na Hungria, também se isolaram!

Fato é que precisamos retomar o curso diplomático em busca de satisfazer o nosso papel no mundo, por imposição da modernização da economia mundial.

Algo, porém, precisa ser dito. É que o Brasil, além de ser pouco industrializado, notadamente por não ter ingressado nas tecnologias de ponta, tornou-se uma potência no agronegócio, onde precisará de investimentos.

A área exige mais industrialização, ante a insensibilidade do governo Bolsonaro a uma visão absenteísta, com a retirada do governo de áreas essenciais.

Gordofobia, um verdadeiro sobrepeso à alma

Érica Dante

Idealizadora do concurso Miss Minas Gerais Plus Size

O termo plus size tem origem nos Estados Unidos, na década 20, disseminado pela Lane Bryant, um grande varejo de moda com muitas peças de tamanhos maiores, sendo uma referência em roupas para gestantes. Atualmente, a denominação classifica manequins acima de 44, porém, muito além disso, representa um movimento em constante evolução no Brasil e no mundo: a aceitação do corpo e a quebra da tradicional crença limitante, relacionando um número de manequim ao status de beleza e, mais, à saúde.

As mobilizações, como o body positive, associadas ao plus size não são uma apologia à obesidade, como parcela dos desavisados insistem em anunciar. Na verdade, esse processo é um incentivo contra os padrões sociais cruéis, difundidos em vários momentos da história, oprimindo quem está à margem física e emocionalmente. Inclusive, é possível citar casos envolvendo famosos, como a cantora Preta Gil, sempre criticada nas redes sociais com enxurradas de comentários gordofóbicos por causa do seu corpo e pela sua atitude empoderada frente aos preconceitos existentes.

Infelizmente, o preconceito contra a obesidade não se limita a mensagens, pois está normalizado e enraizado no cotidiano da sociedade. Muitas vezes, a intolerância determina o acesso de uma pessoa gorda ao mercado de trabalho ou a rejeição da mesma, diante de um potencial encontro amoroso. O preconceito também ocorre no cinema e na televisão, bastando assistir a obras, como o filme "O amor é cego", e a novela "Avenida Brasil".

Mesmo apresentando um mercado nacional que movimenta, aproximadamente, R$ 9,6 bilhões, em 2022, registrando crescimento de 21%, nos últimos três anos, as pessoas com obesidade costumam ter de pagar mais, conforme cada caso, em companhias de transporte e em roupas. Tudo isso sem contar nos diversos segmentos que, por meio da publicidade, começam a incluir pessoas fora do padrão de culto à beleza em seus anúncios, a passos lentos, mesmo representando uma grande maioria dos brasileiros.

Para se ter uma ideia, os concursos de beleza envolvendo o segmento plus size, por exemplo, surgem como uma forma de representatividade e desconstrução de padrões irreais de beleza. A sétima edição do Miss Minas Gerais Plus Size, em 15 de outubro, no Minas Shopping, combate o estigma de que mulheres bonitas são sempre magras e altas. O Miss Minas Gerais surgiu de uma demanda de quebra de padrões entre as próprias modelos plus size, pois, a partir do momento em que corpos plus começaram a ocupar locais onde não seriam tradicionalmente aceitos, a busca por concursos de beleza, até então apenas para magras, cresceu.

As 20 participantes, representantes de diversas cidades mineiras, ganham força com o apoio dos familiares e entre elas mesmas para praticar o empoderamento e o amor-próprio, entendendo que o problema não está na balança, mas na estrutura dominante. Novamente, é preciso diferenciar o conceito de balança com as definições de um corpo saudável. O peso não deve ser o único parâmetro para se avaliar a saúde de alguém; afinal, uma pessoa pode ser magra e não ser saudável.

Portanto, é preciso manter hábitos saudáveis, como a prática de atividade física e uma dieta equilibrada, assim também como é preciso erradicar a gordofobia, comportamento intrínseco e institucionalizado, isto é, um verdadeiro sobrepeso à alma.

S/A ESTADO DE MINAS

FUNDADO EM 7 DE MARÇO DE 1928

SEDE

Avenida Getúlio Vargas, 291 - Funcionários, Belo Horizonte-MG-Cep 30112-020

TELEFONE GERAL

(31) 3263-5000

Filiado ao Instituto Verificador de Circulação

REPRESENTANTES EXCLUSIVOS

SUCURSAL SÃO PAULO
Alameda Joaquim Eugênio de Lima, nº 732/766 - Edifício Mary Harriet Speers - 7º andar - Bairro Jardins - São Paulo - SP CEP: 01403-000 • Fone: (11) 3372-0022 • e-mail: sucursal.sp@uai.com.br e associadossp@uaigiga.com.br

SUCURSAL RIO DE JANEIRO
Rua Fonseca Teles, 114 a 120 – bloco 2 - 7º andar - São Cristóvão – Rio de Janeiro - RJ CEP: 20940-200 Tel.: (21) 2263-1945 • Fax: (21) 2263-2045 e-mail: sucursal.rj@uai.com.br

TELEFONES DE APOIO

Redação (31) 3263-5330
Editorias:
Gerais (31) 3263-5244
Política (31) 3263-5293
Economia e Agropecuário (31) 3263-5103
Esportes (31) 3263-5313
Internacional (31) 3263-5301
Opinião (31) 3263-5373
Cultura - TV - Pensar e Divirta-se (31) 3263-5126
Fotografia (31) 3263-5214
Turismo (31) 3263-5333
Vrum (31) 3263-5078
Bem Viver, Guri e Negócios e Oportunidades (31) 3263-5048
Feminino & Masculino (31) 3263-5260

SERVIÇO DE ATENDIMENTO AO ASSINANTE

(31) 99402-0234
fale.conosco@em.com.br

Central de atendimento
(31) 3263-5800

SERVIÇO DE ATENDIMENTO À VENDA AVULSA

WhatsApp:
(31) 99310-3419

DEPARTAMENTO DE COBRANÇA

(31) 3263-5421

DEPARTAMENTO COMERCIAL

(31) 3263-5501 e (31) 3263-5224

TABELA DE PREÇOS

Localidade	Venda avulsa (R$) 2ª a sábado	Domingo
MG, SP, RJ (capital)	3,50	3,50
RJ (interior), ES e DF	3,50	4,50
Outros estados	5,00	6,50

D.A PRESS MULTIMÍDIA

ATENDIMENTO PARA PESQUISA E VENDA DE CONTEÚDO:
Por e-mail e telefone: de segunda a sexta, das 9h às 22h/ sábados, das 14h às 21h/ domingos e feriados, das 15h às 22h.
Telefones: (61) 3214.1575 /1582/1568/0800 647 73 77.
Fax: (61) 3241.1595.

E-mail: dapress@dabr.com.br
Site: www.dapress.com.br

Estado chega ao primeiro turno dividido entre Romeu Zema (Novo) e Alexandre Kalil (PSD). Decisão está nas mãos de mais de 16 milhões de eleitores aptos ao voto

Minas também polarizada

LUANA PEDRA

O segundo colégio eleitoral do Brasil vai às urnas hoje dividido, assim como no restante do país. A corrida mais acirrada é para o governo do estado, que tem 10 postulantes ao cargo. Mas, apesar disso, a disputa está polarizada entre o candidato à reeleição, Romeu Zema (Novo), e o ex-prefeito de Belo Horizonte Alexandre Kalil (PSD). Durante a campanha, o atual chefe do estado sempre apareceu em primeiro lugar nas pesquisas, com indicativo de que o pleito fosse definido já neste domingo. Mas na reta final seu principal oponente cresceu na preferência do eleitorado, reduzindo a distância para o primeiro colocado. O desafio de Kalil é levar a decisão para o segundo turno.

O cenário é possível, levada em consideração a pesquisa Ipec, ex-Ibope, divulgada na noite de ontem. De acordo com o levantamento, considerando os votos válidos, que excluem os brancos e nulos, Zema tem 50% da preferência do eleitorado, contra 42% de Kalil. Os demais candidatos somam 8% dos votos válidos.

O destino está nas mãos de 16.290.870 mineiros aptos a votar neste pleito em Minas. Parte deles foi alvo do último dia de campanha, ontem. Buscando mais quatro anos à frente do governo de Minas, Romeu Zema participou de uma caminhada em Araxá, sua terra natal, no Alto Paranaíba, onde vota hoje, às 9h30, na Escola Municipal Delfim Moreira. Por lá, o governador disse estar otimista para vencer no primeiro turno, mas que aguarda o resultado nas urnas. "Enquanto o juiz não apita, o jogo pode mudar o resultado. Mas estamos confiantes que sim", declarou.

Em um balanço da campanha, o atual chefe do Executivo voltou a criticar o antecessor Fernando Pimentel (PT). "Foi uma campanha longa, onde o adversário muitas vezes não jogou com ética, é uma coisa que eu prezo muito. Mas o mineiro é sábio. Eu estou confiante que amanhã ele vai saber decidir aquilo que é melhor. Se ele quer voltar para o passado, que foi um desastre a gestão PT/Pimentel, ou então se ele quer continuar para o futuro construindo um estado melhor", afirmou.

> "Enquanto o juiz não apita, o jogo pode mudar o resultado. Mas estamos confiantes que sim (vencer em 1º turno)"
>
> ■ **Romeu Zema (Novo),** governador de Minas, candidato à reeleição

TALYSON OLIVEIRA/ESP. EM

Romeu Zema aproveitou o último dia de campanha para fazer uma caminhada com apoiadores em Araxá, sua terra natal

ESPERANÇA Também candidato ao governo de Minas, o senador Carlos Viana (PL), candidato do presidente Jair Bolsonaro (PL), participou de caminhadas em Betim, Contagem e Ribeirão das Neves, na Grande BH, em busca de votos no último dia de campanha.

"Nós vamos para o segundo turno, e no segundo turno é outra luta. Aí quero ver quem conhece Minas Gerais de verdade, quem visitou 450 municípios como eu visitei. Aí, sim, teremos tempo de conversar. Não é ficar nesse bate-boca de debate que não leva a nada", disse.

Antes de votar por volta do meio-dia, na Escola Estadual Helena Pena, no Sagrada Família, na capital, o senador participará de um culto evangélico.

RESPEITO Ex-secretário estadual de Saúde, Marcus Pestana (PSDB) encerrou a campanha para o governo de Minas com uma conversa com os eleitores de Juiz de Fora, na Zona da Mata. No encontro, ele fez agradecimentos e pediu que o resultado das urnas seja respeitado. "Se respeite o pronunciamento soberano do povo e a gente possa acreditar com fé, força e esperança numa Minas melhor, num Brasil melhor". O candidato vota em Juiz de Fora, às 9h30, na Associação dos Cegos.

O PLEITO No estado, de acordo com o Tribunal Superior Eleitoral (TSE), as mais de 55 mil urnas estarão distribuídas em 351 zonas eleitorais. A votação começará às 8h e terminará às 17h. Em uma eleição marcada por brigas políticas, a Polícia Militar reforçou a segurança nas cidades mineiras.

Na capital, guardas municipais em viaturas e motocicletas farão patrulhamento em todas as escolas municipais que serão ponto de votação. Câmeras do Centro de Operações de Belo Horizonte (COP-BH) também ajudam no monitoramento. Um centro integrado das forças de segurança, montado no Tribunal Regional Eleitoral (TRE-MG), na metrópole, vai reforçar a prevenção e combate às ocorrências eleitorais.

Em BH, o número de viagens de ônibus será reforçado. Intervenções no trânsito serão feitas em vários locais, entre eles no entorno do TRE, cartórios eleitorais e nos principais locais de votação.

Algumas cidades mineiras, como Jaboticatubas e Nova Lima, na região metropolitana da capital, terão transporte coletivo com tarifa zero.

TÚLIO SANTOS/EM/D.A PRESS

DENÚNCIA DE FALTA DE PAGAMENTO

Aos gritos de "caloteiro", 130 pessoas funcionários da campanha de Romeu Zema à reeleição protestaram ontem em frente ao comitê de campanha do governador. Segundo a Palhares Assessoria e Marketing Político, desde o último dia 13 vem trabalhando com panfletagem e abordagem eleitoral nas ruas. Porém, a campanha de Zema não cumpriu com as obrigações contratuais e não quitou os pagamentos vencidos em 23 e 29 de setembro. A empresa disse, ainda, que recebeu "com surpresa" a notícia de que, mesmo depois de os pagamentos não serem feitos, havia sido feita a rescisão do contrato de forma unilateral. Mais de 400 pessoas estariam sendo lesadas, ressaltou a empresa. Em nota, a assessoria de Romeu Zema afirmou que a empresa não seguiu com o contrato e por isso houve a rescisão. "Até o momento, a empresa não comprovou ter prestado o serviço. Caso isso ocorra, a campanha efetuará o pagamento imediatamente", completou a nota.

POR QUE QUERO

O **Estado de Minas** entrevistou ao longo das duas últimas semanas de campanha os 10 candidatos ao governo de Minas. Foram sabatinas transmitidas ao vivo no Portal UAI, em que eles puderam detalhar seus planos de governo. A cada um dos postulantes ao Palácio Tiradentes, o **EM** fez a pergunta: "Por que você quer governar Minas Gerais?".

Confira aqui trechos das respostas, que incluem temas relevantes para a população do segundo maior colégio eleitoral do Brasil, como educação, geração de emprego, meio ambiente e saúde, entre outros. O vídeo com a íntegra das respostas dos candidatos ao governo de Minas, você pode ver em nosso site (em.com.br) e em nossas redes sociais.

O convite para as sabatinas foi enviado em 8 de agosto aos coordenadores de campanha de todas as 10 chapas que disputam o governo de Minas Gerais e incluía uma sabatina ao vivo de 40 minutos no estúdio do podcast "EM Entrevista" e uma participação de 5 minutos em entrevista no "Jornal da Alterosa".

O governador e candidato Romeu Zema (Novo) não compareceu e informou a ausência horas antes da primeira entrevista. Carlos Viana (PL) também não compareceu. Ambos foram convidados a enviar vídeo de até 1 minuto respondendo à mesma pergunta dos demais. Apenas Viana mandou o vídeo.

ALEXANDRE KALIL
(PSD)

ALEXANDRE GUZANSHE/EM/D.A PRESS

"Não é querer ser o governador de Minas Gerais. Eu fui chamado para um projeto muito legal. Então, eu fui prefeito (de Belo Horizonte entre 2017 - 2022), tinha mais três anos (passou o cargo para o vice - prefeito, Fuad Noman, em março), e resolvi sair para esse desafio. Agora, com muita modéstia, eu acho que eu estou capacitado e estou credenciado para ser o governador de Minas Gerais. Ser um bom governador de Minas"

CABO TRISTÃO
(PMB)

GLADYSTON RODRIGUES/EM/D.A PRESS

"Quero ser governador de Minas para mostrar o que uma gestão pública de qualidade pode fazer. Quero trazer sistemas de cidades de excelência, quero trazer pessoas competentes de verdade e não aqueles acordões partidários como nós vimos, inclusive na atual gestão. Quero ser um candidato servidor público para abraçar realmente o serviço público com qualidade e, assim, a população vai ter realmente orgulho de ter um governador, o servidor público 01, na cadeira do governo."

CARLOS VIANA
(PL)

GLADYSTON RODRIGUES/EM/D.A PRESS

"Quero ser governador porque me angustia muito observar que nós estamos condenando mais uma vez uma geração ao subemprego, sub - renda na escola pública em Minas. Nós não temos índice de aprendizado, de evasão escolar, nós não temos nenhum esforço para dividir aquilo que é o principal, que é o conhecimento, o que gera riqueza. Faz com que as pessoas tenham a possibilidade de ser empreendedoras, de se desenvolverem, de crescer como pessoas."

INDIRA XAVIER
(UP)

RAMON LISBOA/EM/D.A PRESS

"Quero governar Minas para colocar todas as riquezas do nosso estado a serviço do povo. Esse que constrói todos os dias com suor e sangue o nosso patrimônio, e desse jeito que está, o nosso povo só tem sofrido, passado fome, vivido na miséria. Porque não há governos comprometidos em fazer enfrentamento a todas as mazelas que existem no nosso estado. Então, vem conosco na campanha da Unidade Popular pelo Socialismo para a gente ter o primeiro governo administrado por duas mulheres."

Pesquisa Ipec indica avanço do ex-prefeito de BH e redução na distância para o governador, o que pode levar a definição ao Palácio Tiradentes para 30 de outubro

Kalil cresce e diferença para Zema cai 4,7 pontos em quatro dias

A última pesquisa Ipec, divulgada ontem, aponta chance de segundo turno entre o atual governador, Romeu Zema (Novo), e o ex-prefeito de Belo Horizonte Alexandre Kalil (PSD) na corrida ao Palácio Tiradentes. O candidato à reeleição tem 50% dos votos válidos, contra 42% do seu principal oponente. Para ser eleito em primeiro turno, é preciso ter 50% dos votos válidos mais um.

Nos votos válidos, Kalil cresceu três pontos em relação ao levantamento anterior, de 27 de setembro. À época, ele aparecia com 39%. Houve queda de 4,7 pontos na diferença entre Zema e Kalil.

Nas intenções de voto referentes aos votos totais, considerando, também, brancos, nulos e indecisos, Zema tem 44%, ante 37% do segundo colocado no levantamento. Caso não haja uma definição hoje, o segundo turno ocorrerá em 30 de outubro.

ENCERRAMENTO Candidato de Luiz Inácio Lula da Silva (PT) ao governo de Minas nestas eleições, Kalil encerrou ontem a campanha de primeiro turno com uma carreata por Contagem, na Região Metropolitana de Belo Horizonte, com a participação do senador Alexandre Silveira (PSD), que concorre à reeleição. O ato teve início às 9h, com trajeto da rotatória da Avenida dos Retirantes, no Bairro Retiro, até a feirinha do Bairro Nova Contagem A. André Quintão (PT), candidato a vice-governador, e Marília Campos (PT), prefeita de Contagem, entre outros candidatos ao Legislativo, também participaram.

O ex-prefeito de Belo Horizonte elogiou a campanha que realizou mirando o governo de Minas. Em março deste ano, Kalil renunciou ao cargo no Executivo da capital mineira para disputar o pleito de hoje.

"Acho que foi uma campanha muito legal. Com poucos, mas bons companheiros do meu lado, fizemos uma campanha digna, limpa, mostrando o que fizemos em Belo Horizonte e o que nós podemos levar para Minas Gerais. Divertida e alegre. Eu não esperava que na minha idade eu fosse conhecer tanta coisa nova e tanta coisa triste", afirmou ex-prefeito de Belo Horizonte.

Alexandre Kalil também lamentou as críticas ao ex-presidente Lula, candidato à Presidência da República. "Estou muito tranquilo, acho que está vindo uma onda muito boa, muito legal. Acho que fizeram mal em denegrir, esculhambar o presidente Lula. Fizeram mal porque vão precisar dele, o presidente Lula vai ser o próximo presidente da República e, provavelmente, domingo (hoje), isso já está definido", completou.

No fim do ato, Kalil desceu da caminhonete em que estava e cumprimentou eleitores. Ele deve votar, pela manhã, no Colégio Estadual Central, Região Central da capital. Depois, segue para casa e, próximo ao fim da votação, a expectativa é de que o candidato siga para o comitê de campanha, também em BH.

FOTOS GLADYSTON RODRIGUES/EM/D.A PRESS

> "Com poucos, mas bons companheiros do meu lado, fizemos uma campanha digna, limpa, mostrando o que fizemos em Belo Horizonte e o que nós podemos levar para Minas Gerais"

■ **Alexandre Kalil**, candidato ao governo de Minas pelo PSD, na foto com a prefeita de Contagem, Marília Campos, e o senador Alexandre Silveira (PSD), que disputa a reeleição, em carreata na cidade da Grande BH

Candidato ao Senado por Minas Gerais, Cleitinho (PSC) tem o apoio do presidente Jair Bolsonaro

Senado: Silveira avança e empata com Cleitinho

O deputado estadual Cleitinho Azevedo (PSC) e o senador Alexandre Silveira (PSD) estão empatados, com 33% dos votos válidos pelo Senado por Minas Gerais. Foi o que apontou a pesquisa Ipec, ex-Ibope, divulgada ontem.

No levantamento anterior, do último dia 27, Cleitinho, o candidato do presidente Jair Bolsonaro (PL), estava com 34% dos votos válidos. Já Alexandre Silveira, apoiado por Luiz Inácio Lula da Silva (PT), 31%.

Em terceiro e quarto lugares, respectivamente, aparecem Marcelo Aro (PP), com 20% (18% na pesquisa anterior) e Sara Azevedo (Psol), com 5% dos votos válidos (4% na pesquisa anterior).

Também divulgada ontem, a pesquisa Datafolha mostrou uma queda de Cleitinho nos votos válidos. O candidato do PSC tem 36% dos votos válidos na disputa. Em segundo lugar, Alexandre Silveira aparece com 31%.

No levantamento anterior do Datafolha, divulgado em 29 de setembro, Cleitinho tinha 40% dos votos válidos, contra 27% de Silveira. Houve, portanto, queda de quatro pontos no índice do deputado e crescimento de quatro no percentual do pessedista. A margem de erro do levantamento de ontem é de 2 pontos percentuais. Na sondagem passada, a margem de erro era de 3 pontos.

O deputado federal Marcelo Aro (PP) é o terceiro colocado e apareceu com 17% ontem. No levantamento anterior, ele tinha 19%.

GOVERNAR MINAS?

LORENE FIGUEIREDO
(Psol)

"Quero governar Minas Gerais para acabar com essa política de ódio e de privatização que retira os direitos dos mineiros, para acabar com a farra das mineradoras e das grandes empresas, para governar para as mulheres e para os nossos filhos. Quero governar Minas Gerais para devolver à gente o direito de sonhar e de planejar o futuro pelo direito ao futuro. Vem comigo."

LOURDES FRANCISCO
(PCO)

"Quero governar Minas Gerais porque Minas tem um povo maravilhoso e esse povo tem que governar junto com o governante que se preocupe com suas causas e com Minas Gerais. Esse povo é o motivo de eu estar sendo candidata a governadora de Minas. É por esse povo que eu luto; é por esses trabalhadores de Minas."

MARCUS PESTANA
(PSDB)

"Na juventude, a minha geração queria um outro Brasil: livre, democrático e com justiça social. E eu descobri a política. Tive 40 anos de vida pública, muito novo vereador, aos 22, e acumulei uma experiência administrativa e política. Tenho convicção de que por toda a história que eu tive, toda experiência acumulada, eu tenho convicção de que eu sou uma melhor alternativa e que ofereço uma saída segura e ousada para o futuro de Minas Gerais."

RENATA REGINA
(PCB)

GLADYSTON RODRIGUES/EM/D.A PRESS

"Quero governar Minas Gerais para que nosso estado tenha a primeira governadora mulher em sua história. E que essa mulher seja uma mulher trabalhadora, que enfrenta aí no seu cotidiano todos os problemas da maioria da nossa população, precisando usar o centro de saúde, o SUS, precisando usar a educação pública. Uma pessoa comprometida com a classe trabalhadora e que vai buscar e construir mecanismos para garantir a ampla e efetiva participação popular em todas as decisões do governo."

VANESSA PORTUGAL
(PSTU)

ALEXANDRE GUZANSHE/EM/D.A PRESS

"Quero governar Minas para que a gente inverta as prioridades desse estado. Governar para o conjunto da classe trabalhadora e do povo pobre, organizando conselhos populares onde a população trabalhadora possa se organizar e ser parte efetiva do governo, para que a gente possa enfrentar aqueles que se apropriam de toda a nossa riqueza, para garantir condições de vida para nossa classe. Nós vivemos em um estado muito rico, com uma população muito pobre."

Acesse o QR Code acima com a câmara do seu smartphone para os vídeos com as respostas na íntegra de todos as candidatas e candidatos ao Palácio Tiradentes que participaram da sabatina organizada pelo **Estado de Minas** *e TV Alterosa no estúdio do podcast "**EM** Entrevista", entre 19 e 30 de setembro. A íntegra de todas essas entrevistas está disponível no canal do Portal UAI no YouTube.*

CLASSIFICADOS ESTADO DE MINAS

www.classificados.em.com.br

BARRO PRETO

1 LUGAR CERTO COMPRA E VENDA

[RESIDENCIAIS BELO HORIZONTE]

B

Barro Preto

BARRO PRETO
(em frte foro)
Vendo ou Alugo .Prédio inteiro:7.400m2 ou Andares corridos:1.100m2 342m2 228m2, 114m2-Loja: 874m2,sobreloja370m2.Garagens no prédioADEMIR MOREIRA PJ1433
(031)99138-6891 / 3274-8122

C

Cruzeiro

CASA 9-9950-6163
Exc. casa ót loc 4qtos 1ste 2 semi suites exc acab jard d inverno 4vg R$1900Mil PJ1836

G

Gutierrez

GUTIERREZ
Ap 120m2, 3qts c/arms, sala, suite, 1vg, próx. SuperNosso, j26 RB1611 440 mil
99985-1510

RB imóveis RBIMOVEIS.com.br

H

Havaí

2 QUARTOS 9-9950-6163
Sala, banho, coz gr coberta predio pequeno 196mil. Oportunidde

J

Jaraguá

COBERTURA 9-9950-6163
Exc loc. oport. 4qt arms slão c/var 1p and lav. coz ár. serv. DCE 5vg ac. imóv -vlr PJ1836

SANTO ANTÔNIO

S

Santo Antônio

SANTO ANTÔNIO
Apto 4qtos vazio 1 suite 2vgs elevador px. Igreja Sto Antônio J26 RB1608
99985-1510

RB imóveis RBIMOVEIS.com.br

Savassi

4 QUARTOS 3225-1408
Apto luxo R.Piauí 1848 sla var 4qtos/arms ste 2bh copa coz DCE 2vgs pot24h 99636-1408

SAVASSI
Casa comercial, esquina, px. Pça Liberdade, várias ativ. comerc j26 RB1562 j26
99985-1510

RB imóveis RBIMOVEIS.com.br

[RESIDENCIAIS GRANDE BH]

SANTA LUZIA

TERRENO
INDUSTRIAL EM STA LUZIA
20.000 A90.000m2 as margens Rodovia Beira Rio principal ligação BR 381 c/ a cidade,de frente rodovia ADEMIR MOREIRA PJ1433
031-99138-6891/3274-8122

[COMERCIAIS]

Belo Horizonte

CENTRO
Loja área 275m2 vãos livres próx. Alvares Cabral de frente p/rua 4bhos j26 RB1617
99985-1510

RB imóveis RBIMOVEIS.com.br

GALPÕES

[GALPÕES]

RENASCENÇA
Galpão área de 523m2,ót. p/supermercado e outras atividades 7vgs RB1614
99985-1510

RB imóveis RBIMOVEIS.com.br

[LOTES E ÁREAS]

Belo Horizonte

BRAUNAS 31-99674-1920
Oportunidade! Área 43.000M², a 100m da Av. Xangrilá, lazer, pisc, campo e quadra.C-15238

TERRENO COMERC.
B.Ouro Preto 2.100m² 3 frte na R. Funchal c/ Mantena. Bom p/tudo 99138-6891 Ademir Moreira Imóveis PJ1433
3274-8122

Grande Belo Horizonte

TERRENO ESPECIAL
Na LINHA VERDE (Corredor principal acesso Aeroporto Internacial) 37.312 m², 332m frente plano, terraplanado, pronto s/ obras ADEMIR MOREIRA PJ1433
031-99138-6891/3274-8122

1 LUGAR CERTO ALUGUEL

[RESIDENCIAIS BELO HORIZONTE]

F

Funcionários

FUNCIONÁRIOS
Apto luxo, 80m2 2quartos 2 salas lavabo ste cloet escrit lazer 2 vgs R. Piauí j26
3275-1510

RB imóveis RBIMOVEIS.com.br

LUXEMBURGO

L

Luxemburgo

LUXEMBURGO
Casa área const. 380m2 lote 450m2 4vgs px Supermercado Supernosso j26
3275-1510

RB imóveis RBIMOVEIS.com.br

[COMERCIAIS]

Belo Horizonte

BARRO PRETO 3274-8122
SLS, CONJS. ANDARES C/GAR. 53, 126, 254m², na R. ARAGUARI, 358, c/ esquina Aug. Lima, próx. do Forum - IMÓVEIS ESPECIAIS 3274-8122 ou 99138-6891 ADEMIR MOREIRA IMOVEIS PJ1433

BARRO PRETO
ANDARES e SALAS especiais c/gar R.Aimores, 3085, em frente Hosp Vera Cruz próx Foro, Materdei,Cemig - ADEMIR MOREIRA PJ1433
3274-8122 / 99138-6891

BARRO PRETO
Prédio novo área 560m2, 5 pavim., 5sls, 7 banheiros, elev., 5 vgs próx. Fórum J26
3275-1510

RB imóveis RBIMOVEIS.com.br

BARRO PRETO
Loja especial, 30m², sobreloja, toda frte blindex na Rua Araguari, 358, com esquina Augusto Lima. Ótimo ponto ADEMIR MOREIRA PJ1433
3274-8122 / 99138-6891

CENTRO 3274-8122
ANDAR NO CENTRO 222m2 ,4 bhos, 2 copas na R. Bahia 905 com Afonso Pena ADEMIR MOREIRA IMOVEIS, PJ1433, 3274 - 8122 / 99138-9903

CENTRO 374-8122
ADEMIR MOREIRA IMOVEIS - Salas/Conjs, sobrelojas, 30/ 60m2 cada, na Av. Amazonas, 115 melhor préd. Centro, 4elev, port 24hs, local c/vários estac. cobertos 99138-6891 PJ 1433 www.admoreira.com.br

CENTRO 3274-8122
ADEMIR MOREIRA IMOVEIS - Lojas Especiais exc ponto comercial, Rua Carijós, 849. 270 e sobreloja. 99138-6891 PJ 1433 www.admoreira.com.br

BELO HORIZONTE

CENTRO 3274-8122
REGIÃO CENTRO SUL - R. Guajajaras c/Curitiba. Conj sls, luxo, 154m2 c/fecha/corredor. estacionamento em frente ADEMIR MOREIRA IMOVEIS - 99138-9903 PJ 1433 www.admoreira.com.br

FUNCIONARIOS 3274-8122
Andar Especial em sls, 262m², 4vgs, na Av. Getúlio Vargas, 447, c/esq. Af. Pena ao lado TRT, arm., estantes & inst. sanit., copa, despensa, rede dados, iluminação, ar condic. central, splingers nos tetos, port. 24 hs, sist. identificação eletrônica, pred. luxo, Ademir Moreira Imóveis PJ1433 99138-6891

FUNCIONARIOS 3274-8122
LOJA - R. Aimorés,612,ótima p/bancos, comércio, escritórios. 420m2 (300m2 nivel rua, 120m2 sobrel), 4bhs,2 copas,ar cond.central, ADEMIR MOREIRA IMOVEIS PJ 1433 www.admoreira.com.br

LOURDES 3274-8122
Loja 60m² + sobre loja 40m² na R. Guajajaras, esquina de Curitiba, ao lado Minas Centro, próx. Mercado ADEMIR MOREIRA IMOVEIS PJ1433

LOURDES 3274-8122
ADEMIR MOREIRA IMOVEIS - Salas/Conjs, sobrelojas, 30/ 60m2 cada, na Av. Amazonas, 115 melhor préd. Centro, 4elev, port 24hs, local c/vários estac. cobertos 99138-6891 PJ 1433 www.admoreira.com.br

PRÉDIO E ANDARES NOVOS EM LOCAÇÕES, NA AV. AF.PENA, 2.918
OPÇÕES DE LOCAÇÕES:
1) Todo prédio, c/gar: 4.041m²
2) Andares corridos: 98 e 196m²
-Pisos elevados c/ toda infraestrutura de dados, telef, eletr, hidrául, port. automatizada e serv. fiscos 24 hs., gar. à vontade, fachada revestida.
ADEMIR MOREIRA IMÓVEIS
3218-4300
99138-6891
PJ 1433
www.admoreira.com.br

STA EFIGENIA 374-8122
ADEMIR MOREIRA IMOVEIS - Conj. salas 60 m² vão livre, piso cerâmica nova 1 bho, 1 copa, recepção 2vgs.Av Andradas,2287 próx. Hospitais PJ 1433 www.admoreira.com.br

STA EFIGENIA 3274-8122
ADEMIR MOREIRA IMOVEIS - Conjunto salas 58m² c/recep.fech.blindex,pisogranito, ilum.completa, ar cond. armários, sacada, R.Pe Marinho 49, em frte Sesiminas, port 24hs, estac. ao ladoPJ 1433 www.admoreira.com.br

STO AGOSTINHO
Loja frte p/rua 170m2 reformada balcão int p/câmeras 4bhos Av. Contorno j26
3275-1510

RB imóveis RBIMOVEIS.com.br

BELO HORIZONTE

LOURDES 31-99687-9687
Conj. 2 salas Band R. São Paulo 1631 chaves local C1815

STA EFIGENIA 3274-8122
ADEMIR MOREIRA IMOVEIS - Regiao Hospitais, R. Piauí 69, c/ Contorno, vendo ou alugo Conjunto 5 sls, 3 vagas, fecha / corredor port 24 hs 99138-6891 PJ 1433 www.admoreira.com.br

STO AGOSTINHO
Sala com. 35m2 bho 1vg port/segurança24h.AvContorno,px.Col. Loyola $800 j26
3275-1510

RB imóveis RBIMOVEIS.com.br

Grande Belo Horizonte

CONTAGEM 3274-8122
BAIRRO INDUSTRIAL - Lojão na Av. Tiradentes, 2.430 c/300m2 nível rua, 270m2 sobr. 99138-9903 ADEMIRMOREIRA IMOVEIS PJ1433

3 ADMITE-SE

[PORTADORES DE NECESSIDADES ESPECIAIS]

PNE
Portadores de Necessidades Especiais para escritório e obras. Interessados enviar CV p/: cctdp@conceitual. com.br

4 NEGÓCIOS & OPORTUNIDADES

[COMÉRCIO E NEGÓCIOS]

Postos de Abast

POSTOS ABASTEC.
Postos para Iniciantes. Alugo e treino. Ótimos. C10421
(31) 99982-2215 - Darci

[SERVIÇOS PROFISSIONAIS]

Advocacia

ADVOGADO 24H
Advocacia Criminal em Geral, Família, Trabalhista e outras. Av. Prudente de Morais, nº 290, sala 710 BH
Whats 31-99321-2682

TURISMO E LAZER

[TURISMO E LAZER]

Imóv. Temporada

CABO FRIO 31-99342-5398
PraiaForte fam bon gosto,todo equip.9pes 2vgs 31-2514-7860

[ADULTO]

Acompanhante

RELAX
Garotas, Garotos, Travestis e Transex. gpgbh.com.br
BHSEXO

JORNAL ESTADO DE MINAS CONTRATA:

PROFISSIONAIS COM DEFICIÊNCIA

PEDIMOS:
- Segundo Grau Completo ou Superior em Curso
- Conhecimento do Pacote Office, principalmente Excel

OFERECEMOS:
- Salário fixo;
- Convênio Médico;
- Vale refeição;
- Auxilio creche;
- Vale Transporte;
- Seguro de Vida

Os interessados deverão enviar seu currículo para: recrutar.rh@ual.com.br
Assunto: PCD

PALAVRA DE ESPECIALISTA

Todo Domingo, as melhores oportunidades do mercado imobiliário para você.

REINALDO BRANCO

Diretor da RB Imóveis
rb@rbimoveis.com.br

Seu melhor negócio mora aqui!

Linda Casa em estilo colonial no Condomínio Villa Del Rey. Ideal para quem adora a natureza. Decoração rústica e diferenciada. Imóvel muito bem dividido, com facilidade de acessibilidade. Várias salas para montar ambientes diversificados, lavabo, escritório, 3 suítes sendo uma máster, cozinha ampla e muito bem dividida, dependências para empregados e 8 vagas de garagem. Casa em local seguro e com muita mata preservada. A área do terreno é de 3000m², sendo a casa 900m², área de lazer com sauna, piscina, espaço gourmet e reserva de área verde com inúmeras árvores frondosas. **Código do imóvel: RB1536 - Agende uma visita! 99985-1510 (WhatsApp).**

"Procurando um imóvel que traga qualidade de vida à sua família? Temos o lugar perfeito para você que deseja um lar seguro e confortável."

ALESSANDRA CURI

Diretora da Bralar Construtora
contato@bralar.com.br

Divinópolis e Itaúna! Bralar Tem Seu Lar!

Descrição do imóvel: A Bralar está presente em mais de 8 cidades mineiras, entre elas as cidades de Divinópolis e Itaúna! Residencial Montreal em Itaúna acaba de ser lançado, já o Residencial Divinópolis em Divinópolis está com as últimas unidades disponíveis! Os residenciais possuem condomínio fechado com guarita, apartamentos de 2 quartos, 1 vaga demarcada, área de lazer, entrada parcelada em até 144x, além do desconto do governo de 18 mil. Excelente oportunidade de investimento ou sair do aluguel.
Mais informações: 037. 3402-3323

"Presente no mercado há mais de 40 anos, construímos com recursos próprios e comercializamos apartamentos prontos para mudar. Nosso foco é atender famílias brasileiras trabalhadoras que buscam qualidade de vida e segurança, nas melhores localizações, com valorização garantida e com as melhores condições do mercado."

ANTÔNIO MACHADO

BRASIL S/A

"Não há país forte com poucos afortunados e a maioria sem tempo nem para sonhar com algo melhor"

>>E-mail para esta coluna: machado@cidadebiz.com.br

Progresso ou insensatez

Segunda-feira se saberá se o Brasil apertará o passo para sair do pelotão das nações estagnadas e com elites desajuizadas e disputar a dianteira das grandes transformações tecnológicas que já marcam a década como a mais desafiadora e alarmante desde a Grande Depressão dos anos 1930. Ou se terá feito a opção pela covardia e insensatez.

A guerra na Ucrânia faz parte deste contexto, em que voltam à cena disputas por "espaços vitais", acesso a fontes de insumos básicos à segurança industrial e alimentar cada vez mais crítica neste tempo de escassez hídrica em toda parte e fortes mudanças climáticas.

Não somos uma ilha de prosperidade inserida num mundo conturbado. Mas, sobretudo, não podemos ser, e é o que estamos sendo, ingênuos, entretidos pelo moralismo seletivo de políticos reacionários, tipo defender Estado mínimo para os outros e máximo para seu bem-estar e prosperidade pessoal, e histerismos sobre costumes, assunto de foro íntimo de cada um para o liberal de verdade, não os de fachada como os que servem de estafetas da extrema-direita darwinista.

A quem interessa uma nação dividida, especialmente um gigante com o último grande mercado de consumo de massa no mundo não realizado, com dimensões continentais e recursos naturais cobiçados pelos que disputam o controle hegemônico das decisões geopolíticas? Pense...

O que as eleições determinarão é se seremos prendas dos predadores insidiosos ou parte do mundo que ambiciona transformações pela paz, impondo-se com soberania e instinto de liderança entre os fortes. A decisão do voto transcende a pauta da mediocridade que nos distrai.

O que nos falta? Visão de progresso, sinônimo de desenvolvimento – palavras tornadas malditas pela ideologia do descaso com os valores essenciais à integridade de uma nação, que começam e continuam, sem nunca terminar, com o bem-estar de sua gente.

Não há país forte com poucos afortunados, multidões de famintos e com a maioria lutando pela sobrevivência, sem tempo nem consciência para sonhar com algo melhor. Instabilidade política está no mundo, não é evento isolado, e suas raízes remetem ao medo do desconhecido neste tempo de transformações e de empobrecimento de classe social.

Falácia do Estado mínimo

Para variar, estamos com discussões sobre as questões substantivas com atraso de décadas, como esta do Estado mínimo, exemplificada pelo ministro da Economia, aparentemente expresso com seriedade e não como anedota, de que não pode vender as praias por causa da burocracia e de veto da Marinha. Pareceu o candidato que só faltou defender nos debates da TV a privatização da COVID...

A tudo isso assiste uma enorme ignorância arrogante, ovacionada em certos auditórios e regabofes empresariais como a demonstrar que o subdesenvolvimento tem método e faz parte de um projeto deliberado.

No caso das praias, mencionada como exemplo da má gestão de ativos estatais, o ministro confundiu "terreno de marinha", que é a área litorânea da costa brasileira, com terreno da Marinha, uma das três Forças Armadas. É como querer vender a Petrobras quando os países estão estatizando as empresas de energia tanto pelo colapso do abastecimento de gás pela Rússia quanto para adequar a geração energética ao imperativo da descarbonização. Olhe o noticiário.

Têm sido frequentes, nos últimos dias, matérias na imprensa dando conta de como ficará a Petrobras depois das eleições pela ótica do detentor de ações da estatal, não de sua função estratégica para a reconstrução do progresso. Espera-se a sua conversão numa empresa de energia plena, considerando a transição em curso no mundo dos combustíveis fósseis para geração limpa (solar, eólica etc.).

O conservador civilizado

De acordo com o filósofo Russell Kirk (1918-1994), "uma economia obcecada por um suposto Produto Nacional Bruto – não importa o que seja produzido ou como – se torna desumana. Uma sociedade que pensa apenas numa suposta eficiência, independentemente das consequências para os seres humanos, trabalha sua própria ruína". Um comunista?

Para os direitistas de Twitter, isso deve ser coisa do Psol. Kirk, na verdade, é o conservador raiz da história recente dos EUA.

Seu livro "The conservative mind: From Burke to Santayana", baseado em sua tese de doutorado, reintroduziu o estudo do filósofo inglês Edmond Burke no século 20 e influenciou expressivamente nos EUA o conservadorismo. Hoje, é um dos esteios intelectuais da nova direita do Partido Republicano, mais polida que Trump e convencida de que o fundamentalismo de mercado solapou o poderio dos EUA.

Essa é a discussão que importa. O resto é lobby de quem está feliz com a estrutura da economia no Brasil – foco na exportação de bens agrícolas e minérios; canalização dos parcos recursos públicos para investimentos na logística exportadora dissociada do progresso ao longo das linhas férreas, rodovias, portos e aeroportos; e apoio à desconstrução de políticas sociais para abater o tal "custo Brasil" da indústria. E por quê? Para a indústria não pôr olho gordo sobre seu monopólio no acesso aos bancos públicos e facilidades fiscais.

Vetocracia do progresso

É assim que estamos: numa "vetocracia" do desenvolvimento, que implica desobstrução da remodelagem da indústria legitimada pela inovação tecnológica, e criação prioritária de empregos bem remunerados, não o trabalho precário que sugere a economia voando, ao criar a ilusão da queda do desemprego. Ilusão também do crescimento econômico com viagras orçamentários, compensados por juro real operado pelo Banco Central de 8% ao ano, o maior entre as grandes economias do mundo.

Isso é mais frágil que promessa de rigor fiscal de parlamentar do Centrão, primo siamês dos moralistas de plantão, segundo os quais a corrupção é a causa dos infortúnios do país (como da Petrobras nos tempos da Dilma, exaurida não pelos desvios, mas pela determinação de que explorasse o pré-sal em situação de monopólio), assim como o suposto inchaço de pessoal do setor público.

O populista e os seus apologetas na imprensa, no Judiciário, nos partidos, sabem ser mais fácil atrair votos indignando o eleitor que lhe contando a verdade.

As reformas necessárias são a da política, que moralize partidos e seu custeio, e a da governança do Estado, muito mais relevante que a administrativa, que no fim só tunga bagrinhos da burocracia. Essa é a verdade surrupiada pelos memes no Facebook, de boa-fé ou não, destinados a sabotar o seu voto transformador.

UCRÂNIA

Retirada dos soldados aconteceu por medo do cerco adversário, um dia após Vladimir Putin anunciar anexação de quatro áreas

Tropas russas fogem de Lyman

Um dia após o presidente Vladimir Putin celebrar, em uma grandiosa cerimônia, a anexação de quatro regiões da Ucrânia, cerca de 5 mil soldados russos deixaram ontem a cidade de Lyman, considerada ponto estratégico na autoproclamada república popular de Donetsk. A retirada foi confirmada em nota pelo Ministério da Defesa da Rússia. "Em conexão com o risco de um cerco, tropas aliadas foram retiradas para linhas mais vantajosas", informou a pasta.

JUAN BARRETO / AFP

Exército russo tem ocupado pontos estratégicos na tentativa de tomar cidades da Ucrânia

De acordo com ucranianos e blogueiros militares, o cerco estava sendo desenhado ao longo da semana passada e estabelecido, de fato, na madrugada de ontem. "As forças russas estão cercadas em Lyman", afirmou o porta-voz do Exército da Ucrânia no Leste do país, Serhiy Cherevatyi, citado pela agência Interfax-Ukraine.

Pelo Twitter, o Ministério da Defesa ucraniano informou que as forças de ataque aéreo estavam entrando na cidade. Na postagem, um vídeo mostrava dois soldados posicionando a bandeira do país ao lado da palavra "Lyman". "Hasteamos nossa bandeira nacional e a colocamos em nosso território. Lyman sempre fará parte da Ucrânia", afirmou um dos militares.

Durante meses, Lyman serviu como centro logístico e de apoio de transporte para as operações do Exército da Rússia. A cidade fica na região de Donetsk, anexada na sexta-feira por Moscou, mas que não é totalmente controlada pelas tropas russas. A perda de Lyman significaria um novo revés para o Exército russo depois de várias derrotas militares no último mês e da contraofensiva ucraniana no Sul e Leste do país.

Importante aliado de Vladimir Putin, Ramzan Kadyrov, líder da república russa na Chechênia, pediu uma resposta nuclear à situação. Para ele, medidas mais drásticas na região precisam ser tomadas.

MEDIDA CONDENADA A anexação de Donetsk e sua vizinha região russófona do Donbass (Leste), Luhansk, além das áreas ao Sul de Kherson e Zaporijia, que ligam as duas primeiras à Crimeia, anexada em 2014, foi condenada de maneira veemente por Kiev e seus aliados ocidentais.

O presidente ucraniano, Volodymyr Zelensky, afirmou que não negociará enquanto "Putin for presidente" e que assinará um pedido de adesão acelerada à Otan. Por sua vez, o secretário-geral da Otan, Jens Stoltenberg, condenou a anexação, chamando-a de "ilegal e ilegítima", mas alertou que a adesão da Ucrânia à aliança militar exige o consenso dos países-membros.

Já os Estados Unidos anunciaram mais sanções contra autoridades russas e a indústria de defesa do país, dizendo que os aliados do G7 concordaram em sancionar qualquer Estado que apoie as anexações. O presidente prometeu continuar apoiando as forças ucranianas.

CHIBA / AFP

CIVIS MORTOS EM KUPIANSK

Pelo menos 24 civis ucranianos, entre eles uma mulher grávida e 13 crianças, foram encontrados mortos após o ataque contra um comboio de veículos perto da localidade de Kupiansk, no Nordeste da Ucrânia. O anúncio foi feito pelo governador Oleg Sinegubov, de Kharkiv, em mensagem postada ontem no Telegram. Segundo ele, as vítimas estavam em carros tentando escapar dos bombardeios. "Esta é uma crueldade que não tem justificativa", afirmou. Os cadáveres foram encontrados em uma rodovia a 70 quilômetros a leste de Kharkiv. Uma pequena van foi completamente queimada. No veículo estavam quatro pessoas, sendo que uma delas parecia ser uma criança.

AUTOMOBILISMO

Piloto da Red Bull pode ser campeão com a segunda maior antecedência da história da F-1, ficando atrás somente do alemão Michael Schumacher

Verstappen busca feito no GP de Cingapura

ALICE ALVES*

Com 355 pontos, 116 a mais que o segundo colocado do campeonato, o holandês Max Verstappen poderá se consagrar bicampeão da Fórmula 1 hoje, no GP de Cingapura, que terá largada às 9h (de Brasília). Se conseguir o feito, o piloto da Red Bull Racing se tornará o segundo campeão mais "precoce" da história – com a segunda maior antecipação em uma temporada, igualando Nigel Mansell, em 1992.

Faltando cinco corridas para o fim da temporada, se ganhar a prova deste fim de semana Verstappen ficará atrás apenas do alemão Michael Schumacher, em 2002. Na ocasião, Schumacher se sagrou pentacampeão seis corridas antes do término do campeonato, ao vencer o GP da França, em Magny-Cours.

Para conquistar o título em Cingapura, Max precisará contar com a falta de sorte de Charles Leclerc (Ferrari), segundo colocado, além de precisar de uma "ajudinha" de seu companheiro de equipe, Sergio Pérez.

Desse modo, dois cenários diferentes coroam o piloto da Red Bull campeão da temporada: se ele terminar em primeiro, com o monegasco da Ferrari terminando abaixo da nona posição e Pérez abaixo da quarta, sem a volta mais rápida; ou se ele cruzar em primeiro com a volta mais rápida, Leclerc ficar abaixo da oitava posição e Sergio Pérez abaixo da quarta.

Apesar das chances matemáticas, nem mesmo o piloto holandês se sente confiante com a conquista do título já neste fim de semana. Em coletiva de imprensa na quinta-feira, Verstappen afirmou que prefere não pensar sobre o assunto. "Eu não penso muito nisso. É uma chance bem pequena. Quero apenas aproveitar o fim de semana e, é claro, tentar vencer", declarou.

Caso o título não se defina na corrida deste domingo, a Fórmula 1 volta às pistas entre 7 e 9 de outubro para o GP do Japão, onde Max terá novamente a chance de conquistar o bicampeonato. Ao ser perguntado sobre a perspectiva de título em solo japonês, o holandês se mostrou mais confiante: "Acho que será mais legal no Japão. Além disso, preciso de muita sorte para (o título) acontecer aqui (em Cingapura), então não conto muito com isso. Acho que (o GP do Japão será) minha primeira chance de fato de conquistar o título. Então, estou ansioso por Cingapura agora, mas também estou muito animado para a semana que vem".

DO QUE O HOLANDÊS PRECISA

- ✓ Terminar em primeiro, com Charles Leclerc terminando abaixo da nona posição e Sergio Pérez abaixo da quarta, sem a volta mais rápida
- ✓ Terminar em primeiro com a volta mais rápida, Charles Leclerc ficar abaixo da oitava posição e Sergio Pérez abaixo da quarta

MISSÃO DIFÍCIL Os resultados no treino classificatório de ontem mostram que Verstappen tem razão em falar de forma mais contida sobre a possibilidade de conquista do título em Cingapura. Charles Leclerc conseguiu o melhor tempo e abrirá o grid. Sergio Pérez, da Red Bull, ficou em segundo, com Lewis Hamilton, da Mercedes, em terceiro. Verstappen largará apenas em oitavo, depois de uma volta ruim no Q3.

O holandês saiu da pista irritado com a equipe. O treino no circuito de rua de Marina Bay, que aconteceu depois de uma forte chuva no país asiático, foi marcado pela mudança na umidade da pista, o que levou pilotos e equipes a mudarem a estratégia de pneus ao longo do evento.

* Estagiária sob supervisão da subeditora Kelen Cristina

MOHD RASFAN/AFP

Em caso de conquista no circuito de Marina Bay, Verstappen vai se igualar a Nigel Mansell, campeão a cinco provas do fim em 1992

INDONÉSIA

Briga em jogo deixa 127 mortos

Uma briga generalizada em uma partida de futebol em campeonato da Indonésia deixou pelo menos 127 mortos ontem. O confronto entre torcedores e forças de segurança ocorreu no Estádio Kanjuruhan, na cidade de Malang, após a vitória do Persebaya Surabaya sobre o arquirrival Arema FC por 3 a 2.

De acordo com informes das autoridades locais, aproximadamente 180 pessoas foram hospitalizadas. A federação local suspendeu as partidas da liga nacional por tempo indeterminado.

A briga campal teria se iniciado, segundo o jornal britânico The Mirror, depois da invasão do campo por torcedores do Arema, time derrotado. Inicialmente, eles tentaram agredir os jogadores e os árbitros. A polícia entrou no gramado com bombas de gás lacrimogêneo, o que fez aumentar o tumulto em uma das saídas do estádio e gerou pânico.

Na tentativa de escapar da fumaça, houve acúmulo de pessoas em um dos portões, o que gerou falta de ar, explicou o inspetor-chefe da polícia, Nico Afinta.

Segundo integrantes da polícia local, 34 pessoas morreram dentro do estádio. Outros 93 óbitos foram confirmados em hospitais de Malang. Há crianças entre as vítimas.

CARRO Dentro do campo, torcedores chegaram a virar um carro da polícia de cabeça para baixo. Várias viaturas ficaram danificadas na briga campal.

Os organizadores da Liga 1 da Indonésia lamentaram o confronto que deixou tantas mortes. "Estamos preocupados e lamentamos profundamente este incidente. Compartilhamos nossas condolências e esperamos que esta seja uma lição valiosa para todos nós", afirmou o diretor-presidente da Liga 1, Akhmad Hadian Lukita, por meio de comunicado à imprensa.

JUAN MABROMATA / AFP

Jogadores do Del Valle festejam a vitória e o título na Argentina

SUL-AMERICANA

São Paulo perde e ainda ouve "olé"

MARCOS GUEDES

O goleiro Rogério Ceni tem lugar de – enorme – destaque na história do São Paulo. O treinador Rogério Ceni, ainda não. Dez anos depois de ter conquistado seu último título com a camisa 1 tricolor (o da Sul-Americana de 2012), ele tentou repetir o triunfo à beira do gramado. Dali viu seus jogadores perderem por 2 a 0 para o Independiente del Valle, gols de Lautaro Díaz e Faravelli, com direito a gritos de olé da torcida.

A derrota no Estádio Mario Alberto Kempes, em Córdoba (Argentina), palco da final continental em jogo único, foi o segundo fracasso do time do Morumbi em uma disputa de troféu neste ano. Em abril, na decisão do Campeonato Paulista, a equipe abriu três gols de vantagem no duelo de ida e o venceu por 3 a 1, mas perdeu por 4 a 0 para o Palmeiras a partida de volta, na casa do rival.

Ceni, assim, continua sem taças no currículo como técnico do São Paulo. Campeão de quase tudo como atleta do clube por mais de duas décadas – foram 10 troféus apenas em disputas internacionais –, ele iniciou sua nova carreira no próprio Morumbi, em 2017, porém só experimentou a glória como comandante à frente de Fortaleza e Flamengo. Ainda falta vencer com o time em que cresceu e construiu toda a sua prolífica carreira de goleiro. Falta também reconstruir completamente os laços com aqueles que o idolatraram por décadas, relação estremecida especialmente em sua passagem pelo Rio de Janeiro.

O JOGO O Del Valle teve um começo de jogo muito superior ao dos paulistas. Manteve-se no ataque, trocou passes e abriu o placar aos 13min, após corte malfeito de Diego Costa. Díaz recebeu o passe de Favarelli e chutou de pé direito para superar o goleiro Felipe Alves.

O São Paulo tentou reagir e teve chance com Calleri, mas a melhor oportunidade até o intervalo foi do time equatoriano, que parou na trave em chute do ex-corintiano Somoza. Houve pressão tricolor na etapa final – Calleri, de novo, viu-se perto do gol – mas foi o Del Valle que balançou a rede de novo.

Aos 22min, Somoza recebeu lançamento longo, nas costas de Diego Costa, deu passe para Lautaro Díaz, que foi inteligente no toque para Faravelli mandar na saída de Felipe Alves. Ceni tentou opções, mas o triunfo do Del Valle não foi ameaçado. Nervosos, Calleri e Diego Costa, em péssima jornada, ainda foram expulsos. (Folhapress)

JAECI CARVALHO

COLUNA DO JAECI

>>jaeci.cavalcanti@uai.com.br

"O Cruzeiro subiu sem sustos, com sobras e uma campanha invejável. E olha que o orçamento foi de apenas R$ 35 milhões"

ESTA COLUNA É PUBLICADA AOS DOMINGOS, SEGUNDAS, QUARTAS, QUINTAS-FEIRAS E SÁBADOS

O campeão de fato e de direito orgulha a China Azul

Bastaram 32 rodadas das 38 da competição para o Cruzeiro se sagrar campeão da Série B. É bem verdade, um título que os grandes clubes como ele não querem ter – mas, no Brasil, somente Flamengo, Santos e São Paulo jamais caíram. Na Itália, somente a Inter de Milão nunca caiu. Enfim, já que o time azul foi jogado aos leões, por administração fraudulenta segundo a Justiça, e ficou dois anos namorando a Série C, por sorte não caindo, que o torcedor, neste ano de 2022 tão especial e espetacular, comemore mesmo, pois a campanha é simplesmente espetacular.

Pela primeira vez, um técnico estrangeiro ganha um título com o time azul. É preciso abrir um parêntese para o jovem Paulo Pezzolano, que pôs os técnicos brasileiros no bolso, transformando-se, para mim, no melhor técnico de todas as séries na temporada. Parece que o Cruzeiro sabia que seria campeão sem entrar em campo, pois foi favorecido pelas derrotas de Bahia e Grêmio. Por isso mesmo, fez uma festa tremenda na quinta-feira, na Praça Sete. Aliás, vi alguns cruzeirenses escrevendo "Praça 6 + 1", numa alusão à goleada que o time aplicou no maior rival há alguns anos. Inesquecível para o torcedor. Isso é o que vale no futebol. Gozação saudável, sem briga, sem arma, sem confusão. Aliás, que vergonha o que uma facção do Cruzeiro fez com outra do Palmeiras na rodovia que liga Minas a São Paulo. Não vi nenhuma autoridade prender os bandidos ou acabar com tais facções. Um descalabro, cenas de barbárie, horrorosas, que rodaram o mundo.

Voltando a falar de coisa boa, o Cruzeiro agora tem três meses completos para se replanejar e montar um time competitivo, conforme prometeu o "patrão" Ronaldo Fenômeno, dono do time. O cara foi um dos maiores jogadores da história e se transformou num gestor espetacular. Justamente o clube que o lançou para o mundo voltou à elite por suas mãos. Montou um time competitivo, com um técnico desconhecido, mas uma equipe de trabalho espetacular. Ronaldo é do ramo e sabia exatamente o que tinha que fazer. O Cruzeiro subiu sem sustos, com sobras e uma campanha invejável. E olha que o orçamento foi de apenas R$ 35 milhões, já que Ronaldo nunca foi irresponsável.

A diretoria anterior queria gastar R$ 95 milhões sem ter um centavo em caixa, com salários atrasados e querendo contratar. Ronaldo chutou a bunda de quem estava contratado e pôs gente de sua confiança para gerir o clube. Seriedade e transparência, e o resultado está aí.

Agora, o Cruzeiro tem que encarar a realidade de uma Série A, onde não é protagonista, pelo menos por enquanto. Contratar jogadores de nível, que entendam o que é a elite, para não fazer feio. Não acredito que o Cruzeiro vá cair outra vez, mas é preciso montar um time forte, mesmo que saiba que no primeiro ano da volta a palavra título esteja distante.

Numa competição por pontos corridos é preciso ter grupo e time fortes para não correr riscos. Talvez beliscar uma vaga na pré-Libertadores, ficando entre o quinto e o oitavo lugares. A não ser que Ronaldo se associe a um grande investidor, que queira comprar parte de sua empresa, e injete algo em torno de R$ 1 bilhão, por exemplo. Aí, o Cruzeiro poderia contratar grandes jogadores, para voltar a disputar taças. Esse é o DNA do clube, que sempre pôs Minas Gerais na prateleira de cima.

Ronaldo e sua equipe terão muito trabalho e vão contar com uma força inegável que são os 9 milhões de cruzeirenses espalhados pelo mundo. A China Azul deu show nesta temporada, batendo recordes e mais recordes na "Toca 3". Em 2023, será ainda mais forte e mais intensa. E quando falo de torcedores, estou falando daqueles que são do bem. Não essas facções organizadas.

Quem sabe o Fenômeno consegue com o novo governador uma parceria com o Mineirão, para que seu clube seja mesmo o dono do Gigante da Pampulha, pelo menos em regime de comodato? Seria um ganho espetacular para o Cruzeiro.

Enfim, o ano de 2022 jamais será esquecido pela torcida, por Ronaldo e sua equipe. Um ano pra lá de espetacular, onde brilharam Rafael Cabral, Edu, Luvannor, Brock, Bidu e tantos outros jogadores que abraçaram o projeto e ficaram encantados ao conhecer de perto o "patrão" Fenômeno. Uma coisa é você olhar para a presidência e ver uma figura inexpressiva. Outra é perceber que seu chefe se chama Ronaldo Fenômeno. Sei muito bem o que isso significa, pois cobri a carreira dele do começo ao fim e gozo de sua amizade.

Ronaldo é tudo isso e muito mais. Tudo o que ele toca vira ouro, e com o Cruzeiro não foi diferente. Parabéns aos campeões. Seriedade, competência e transparência sempre foram a marca registrada do Fenômeno. Que venha a Série A, pois há muito trabalho pela frente. Porém, enquanto o "patrão" trabalha em busca de reforços, que Pezzolano e seus comandados continuem comemorando. Afinal, são os campeões de fato e de direito!

CRUZEIRO

CBF anuncia que troféu da Série B será entregue só na última rodada da competição, frustrando a torcida celeste, que queria a festa já nesta quarta-feira, contra o Ituano

ENCONTRO ADIADO COM A TAÇA

RAMON LISBOA/EM/D.A PRESS

Comemoração oficial dos cruzeirenses pelo título e pela volta à elite ficou para a rodada final da Segunda Divisão, no jogo contra o CSA, em 6 de novembro, no Mineirão

Ainda não será no jogo contra o Ituano – nesta quarta-feira, às 21h30, no Mineirão, pela 33ª rodada da Série B do Campeonato Brasileiro – que o Cruzeiro erguerá a taça de campeão da Segunda Divisão de 2022. A Confederação Brasileira de Futebol (CBF) informou que a cerimônia de entrega do troféu ao campeão será apenas na última partida da competição. Em 6 de novembro, um domingo, às 18h30, a Raposa receberá o CSA, no Mineirão, pela 38ª rodada, e só então poderá levantar o caneco e dar a volta olímpica.

O presidente da entidade, Ednaldo Rodrigues, felicitou o clube celeste pela conquista e pela volta à Série A em 2023: "Parabenizo os torcedores do Cruzeiro pela conquista antecipada da Série B do Campeonato Brasileiro. Cumprimento também o Ronaldo e toda sua equipe, que deram provas do talento também fora de campo ao modernizar e reestruturar um dos clubes mais tradicionais da história do futebol brasileiro".

"A excelente campanha do Cruzeiro valorizou ainda mais a competição, que cresce de importância a cada ano. Mesmo com o título do Cruzeiro, o campeonato continua empolgante, com vários clubes disputando as três últimas vagas até o final", completou o mandatário da CBF.

O Cruzeiro assegurou o acesso à elite nacional e a conquista da Série B em tempo recorde. A volta à Série A foi sacramentada em 21 de setembro, com a vitória por 3 a 0 sobre o Vasco, no Mineirão, pela 31ª rodada. Já o título se confirmou na 32ª rodada – depois de golear a Ponte Preta por 4 a 1 na quarta-feira, em Campinas, a Raposa contou com derrotas do vice-líder Grêmio e do terceiro colocado Bahia, nessa sexta, para selar a conquista.

A equipe celeste superou o Corinthians de 2008 como o campeão da Série B com mais jogos de antecipação. Há 14 anos, os paulistas garantiram a taça na 34ª rodada, ao derrotar o Criciúma por 2 a 0.

Foi o 11º troféu nacional do Cruzeiro, juntando-se a quatro taças da Primeira Divisão do Brasileiro (1966, 2003, 2013, 2014) e seis Copas do Brasil (1993, 1996, 2000, 2003, 2017, 2018) – é o time que mais vezes venceu o torneio mata-mata nacional (seis). Grêmio (cinco) e Palmeiras (quatro) completam a lista dos mais vitoriosos. A galeria de troféus coloca o time mineiro na terceira posição do ranking dos maiores campeões nacionais.

TREINOS O Cruzeiro retomou a rotina de treinos ontem de manhã, na Toca da Raposa II, depois da folga de sexta-feira, pós-festa do acesso. Todo o grupo da Raposa participou da celebração pelo retorno à elite na Praça 7, no Centro de BH, na noite de quinta. A festa comandada pela banda baiana Psirico e um DJ teve início às 21h e se estendeu até a madrugada. Cerca de 40 mil torcedores marcaram presença.

Na volta aos trabalhos, visando à preparação para a reta final da Série B (restam seis partidas), Pezzolano comandou um treino intenso de atividades físicas e trabalho com bola. A única baixa na atividade foi Stênio, que passará por cirurgia.

O Cruzeiro terá mais três treinos até a partida contra o Ituano. As equipes se enfrentarão no Mineirão na próxima quarta-feira (5/10), às 21h30, pela 33ª rodada da Série B do Brasileirão. Mais de 45 mil ingressos já foram vendidos.

Estrelada...

STÊNIO PASSARÁ POR CIRURGIA

O atacante Stênio, de 19 anos, passará por cirurgia no ombro direito na terça-feira. Destaque do time nas vitórias sobre Bahia e CSA, o prata da casa sofreu luxação no local durante um treino. Não há previsão de volta aos gramados. Em setembro de 2020, Stênio passou por cirurgia no ombro esquerdo, devido a ruptura ligamentar associada a trauma. Há pouco mais de um mês, o clube celeste anunciou a prorrogação do contrato do jogador até 2026.

PERSONAGEM DA NOTÍCIA

PAULO PEZZOLANO
técnico do Cruzeiro

STAFF IMAGES/CRUZEIRO

Primeiro estrangeiro campeão na Raposa

Ao reconduzir o Cruzeiro à elite nacional, com o título da Série B, Paulo Pezzolano cravou seu nome duplamente na história celeste: também se sagrou o primeiro técnico estrangeiro a levantar um caneco com a camisa azul. O uruguaio de 39 anos chegou desconhecido e se tornou 'ídolo' dos cruzeirenses. Em 52 jogos sob seu comando, a Raposa marcou 85 gols e sofreu apenas 39. São 33 vitórias, nove empates e 10 derrotas. O aproveitamento geral é de 69,23%. Na Série B, os números saltam mais aos olhos: 74% de aproveitamento. O Cruzeiro chegou ao título com 71 pontos e seis rodadas de antecedência. Foram 21 vitórias, oito empates e três derrotas em 32 apresentações.

Pezzolano é o quarto técnico estrangeiro da história celeste. O primeiro foi o também uruguaio Ricardo Diéz, em 1953. Ele dirigiu o time em 12 partidas, com quatro vitórias, três empates e cinco derrotas.

O argentino Filpo Núñez teve duas passagens pelo clube: em 1955 e em 1970, sendo 30 jogos no total (11 vitórias, oito empates e 11 derrotas).

O último estrangeiro a assumir o Cruzeiro antes da 'era Pezzolano' foi o português Paulo Bento, em 2016. Em 17 jogos, obteve seis vitórias, três empates e oito derrotas. Ele dirigiu o time no Campeonato Brasileiro e na Copa do Brasil.

A partir de 2023, os desafios de Pezzolano serão ainda mais difíceis. O Cruzeiro terá pela frente o Campeonato Mineiro, a Copa do Brasil e a Série A do Brasileiro. Entre as metas estará ser novamente campeão, manter-se na elite e conseguir vaga em torneios sul-americanos na temporada seguinte.

CRAQUE DÁ FIM AO JEJUM

Hulk balançou as redes duas vezes, chegando a sete gols em seis partidas contra o tricolor carioca

Hulk voltou a mostrar faro de gol e garantiu a vitória do Atlético sobre o Fluminense, no Mineirão. Com o resultado, Galo venceu em casa depois de mais de três meses

Foi pelos pés do atacante Hulk que o Atlético fez as pazes com a vitória diante da torcida. O camisa 7 alvinegro foi o grande destaque do triunfo alvinegro por 2 a 0 sobre o Fluminense, no Mineirão, ontem à tarde, pela 29ª rodada da Série A do Campeonato Brasileiro. O resultado colocou fim ao jejum de seis jogos sem triunfo do Galo em casa na competição nacional.

O Atlético não vencia uma partida como mandante na Primeira Divisão há mais de três meses. A última vitória no Gigante da Pampulha havia sido em 25 de junho. Ainda com "El Turco" Mohamed no comando, o Galo buscou uma virada emocionante sobre o Fortaleza, por 3 a 2, com gols nos minutos finais.

A partir de então, vários tropeços em sequência (dois empates e quatro derrotas). Nesse recorte, Turco foi demitido e Cuca acertou seu retorno.

Ao balançar as redes duas vezes, Hulk chegou a sete gols em seis jogos contra o Fluminense. Ele comemorou o fim da sequência negativa de resultados em casa e disse esperar que o triunfo sirva de motivação para a reta final do Brasileiro: "A gente sabe o quanto é difícil e doloroso, a gente trabalha pra caramba e o resultado não vem. Ano passado, fomos muito fortes em casa, neste ano, já fazia mais de três meses que não ganhávamos em casa".

FOTOS: RAMON LISBOA/EM/D.A PRESS

Torcedoras vestidas com a nova camisa, lançada na sexta-feira em alusão ao Outubro Rosa, campanha de prevenção e tratamento do câncer de mama

O experiente atacante destacou a união do grupo durante o momento difícil na temporada e falou em fé: "É como eu falei, em dias de chuva a gente tem que se apegar mais a Deus, ser perseverante, levantar a cabeça e enxergar as coisas boas, não são só coisas ruins que tem. Agradecer a Deus, aos nossos familiares, que nos deram muita força nesses dias difíceis, ao nosso grupo de jogadores e à comissão. A cada dia que passa a gente é mais unido e ajuda um ao outro".

Ele também falou das cobranças por parte dos torcedores pela falta de resultados positivos nos meses de "seca": "Se você joga bem, todo mundo vai aplaudir, levantar a equipe, é normal. Se joga mal e não ganha, a cobrança vai vir em cima. A gente sabe que a cobrança existe, mas o respeito acima de tudo. No último jogo, eu cheguei em casa e passei mal, estava muito cansado psicologicamente, não consegui dormir direito. A cobrança é normal, você quer dar o seu melhor, mas muitas vezes não consegue", afirmou.

> Precisávamos ganhar de qualquer jeito. Não importava a maneira como jogássemos, tínhamos que sair com os três pontos. Estávamos devendo isso para a torcida, a diretoria e para nós mesmos"
>
> ■ **Guga,** lateral atleticano

O técnico Cuca estava até com semblante mais leve na entrevista coletiva após a partida: "É o melhor remédio que tem (a vitória). Por mais otimista que seja, quando vem uma sequência de maus resultados, você vai se abatendo, a alegria até em casa não é a mesma. Durante a noite, quando acorda, não tem mais o mesmo sono. O jogador também sente isso", comentou.

Ao analisar o desempenho do Galo diante do Tricolor das Laranjeiras, ele destacou o peso emocional das últimas partidas sobre o grupo: "Vem um cansaço mental, você está bem fisicamente, mas está pesado. A vitória sempre vem em boa hora. Já tinha até passado da hora, para falar a verdade, porque a gente não pode ficar tanto tempo, com a força que a gente tem em casa".

Outro que expressou alívio foi o lateral-direito Guga: "Graças a Deus, conseguimos aproveitar melhor as oportunidades. Precisávamos ganhar de qualquer jeito. Não importava a maneira como jogássemos, tínhamos que sair com os três pontos. Estávamos devendo isso para a torcida, a diretoria e para nós mesmos".

BAIXAS O Atlético voltará a campo na quarta-feira, às 21h30, para enfrentar o Santos. A partida pela 30ª rodada será na Vila Belmiro. Nesse jogo, Cuca não contará com o atacante Keno, que levou o terceiro cartão amarelo e cumprirá suspensão. Ademir, Sasha e Vargas são opções para a vaga do atacante titular.

O lateral-direito Mariano tem presença incerta, já que sentiu um incômodo na coxa direita logo aos 7min da etapa final do jogo contra o Fluminense e foi substituído por Guga. Mariano passará por reavaliação clínica para diagnóstico da gravidade da contusão e, caso não jogue, Guga voltará à condição de titular diante do Peixe.

2 X 0

ATLÉTICO	FLUMINENSE
Everson; Mariano (Guga), Jemerson, Júnior Alonso e Rubens (Dodô); Allan (Jair), Otávio e Zaracho (Nacho Fernández); Keno, Pavón (Ademir) e Hulk	Fábio; Samuel Xavier, Manoel, Felipe Melo e Caio Paulista; André, Martinelli e Ganso (Michel Araújo); Matheus Martins (Marrony), Arias (Calegari) e Germán Cano (Willian)
Técnico: *Cuca*	**Técnico:** *Fernando Diniz*

29ª rodada da Série A do Brasileiro

Estádio: Mineirão
Gols: Hulk, 40 do 1º e 19 do 2º
Árbitro: Luiz Flávio de Oliveira (SP)
Assistentes: Marcelo Carvalho van Gasse e Daniel Luis Marques (SP)
VAR: Rodrigo Guarizo Ferreira do Amaral (Fifa/SP)
Cartão amarelo: Felipe Melo, Keno, Allan, Manoel e Samuel Xavier
Cartão vermelho: Manoel
Público: 20.858
Renda: R$ 649.265,53
Próximos jogos: Santos (f), Ceará (c) e Flamengo (f)

Hat-trick de Pedro no Maracanã

O atacante Pedro voltou iluminado da Seleção Brasileira. Em seu retorno ao Flamengo após marcar nos amistosos nas datas Fifa, ele emplacou um "hat-trick" na goleada rubro-negra por 4 a 1 sobre o Bragantino, ontem, no Maracanã, pelo Brasileiro. Foi a quarta vez que Pedro fez três gols em um jogo pelo clube e também na carreira: as outras foram contra o Volta Redonda, no Campeonato Carioca do ano passado, e diante de Vélez Sarfield-ARG e Tolima-COL, pela Libertadores deste ano – sendo que contra os colombianos marcou quatro gols.

O camisa 21 resolveu o jogo em cinco minutos. Seus gols saíram aos 20, 24 e 25 do segundo tempo, quando a partida estava 1 a 1. Gabigol abriu placar aos 11min do primeiro tempo, completando grande assistência de Arrascaeta, seis minutos depois de perder um pênalti (acertou a trave esquerda); e Helinho marcou para o Bragantino, no início da etapa complementar, em cobrança de penalidade. "Foi muito rápido. Estou muito feliz com mais três gols para ajudar a equipe. Só agradecer a Deus por esta fase. Foram três gols rápidos, tem que estar pronto", afirmou Pedro.

O Bragantino atuou quase todo o tempo com um a menos, já que o zagueiro Lucas Cândido foi expulso com três minutos. O Flamengo não vencia no Brasileiro desde 28 de agosto, quando derrotou o Botafogo, encerrando jejum de quatro jogos. O time paulista completou a nona partida sem vitória.

Coelho vence e segue mirando o G-6

Com gols de Juninho e Felipe Azevedo, o América venceu o Ceará por 2 a 1, ontem à tarde, na Arena Castelão, em Fortaleza, pela 29ª rodada da Série A do Brasileiro. Vina descontou para o Vozão no fim do jogo. O resultado foi extremamente importante para o Coelho, que vinha de derrota para o Cuiabá, na quarta-feira e persegue uma vaga no G-6 – que assegura vaga na Copa Libertadores.

Após duas boas jogadas com Danilo Avelar, que explorou bem a fragilidade do lado esquerdo do Vozão, o Coelho abriu o placar em uma bela jogada coletiva. Aos 24min, Patric cruzou do meio-campo para Aloísio, que tentou finalizar de bicicleta. Apesar de não ter acertado o gol, a bola encontrou o volante Juninho, que escorou para as redes: 1 a 0.

O primeiro tempo terminou com saldo positivo para o América, que, além de ter saído na frente no placar, conseguiu controlar o adversário e teve as melhores oportunidades, principalmente após os 20 minutos.

A segunda etapa começou de

MOURÃO PANDA/AMÉRICA

Capitão do América, volante Juninho abriu o placar no Castelão

forma intensa para o goleiro Matheus Cavichioli, que foi do inferno ao céu em pouco tempo. No primeiro minuto, o camisa 1 americano por pouco não levou um frango em chute de Mendoza, quando quase colocou a bola dentro do próprio gol. Aos 13, Cavichioli cometeu falta em Nino Paraíba na área. Após demorada revisão no VAR, a árbitra marcou pênalti para o Ceará e o amarelou. Na cobrança, Jô tentou usar de uma longa paradinha para marcar, mas parou nas mãos do goleiro do Coelho.

Felipe Azevedo, que entrou aos 21, marcou o segundo do América logo no minuto seguinte. O atacante recebeu passe do capitão Juninho e finalizou rasteiro. A bola ainda quicou, atrapalhando o goleiro João Ricardo, do Ceará.

Aos 48, Vina descontou para o Vozão com um golaço da entrada da área. Após bate-rebate, a bola sobrou para o meia, que esperou que ela quicasse e chutou na gaveta

DEFESA Cavichioli elogiou o trabalho defensivo do América após a partida: "O tanto que esses meninos correm, se doam... Eu gosto de falar que nossa marcação não é feita pelos homens de defesa, já começa aqui na frente, com Aloísio, Mastriani, Henrique, que hoje não estava, Azevedo... Todo mundo se doa". Ele ainda recordou que o Coelho vinha de nove partidas de invencibilidade até a derrota para o Cuiabá: "Perdemos o último jogo e conseguimos nos recuperar nesse. Nada melhor do que um jogo após o outro para a gente ter uma retomada boa".

O América volta a campo na quinta-feira para enfrentar o São Paulo, pela 30ª rodada. A partida será no Independência.

1 X 2

CEARÁ	AMÉRICA
João Ricardo; Nino Paraíba, Fernando Sobral (Vina), Mendoza (Lima) e Erick (Jhon Vasquez); Luiz Otávio, Gabriel Lacerda e Zé Roberto (Jô); Richard (Rigonato), Victor Luís e Guilherme Castilho	Cavichioli; Patric, Conti, Ricardo Silva e Danilo Avelar (Marlon); Lucas Kal, Juninho e Alê (Benítez); Everaldo (Matheusinho), Aloísio (Felipe Azevedo) e Mastriani (Índio Ramírez)
Técnico: *Lucho González*	**Técnico:** *Vagner Mancini*

29ª rodada da Série A do Brasileiro

Estádio: Arena Castelão
Gols: Juninho, 24 do 1º; Felipe Azevedo, 21, e Vina, 48 do 2º
Árbitra: Edina Alves Batista (SP)
Assistentes: Neuza Ines Back e Exandre de Melo Lima (SP)
VAR: Matheus Delgado Candançan (SP)
Cartão amarelo: Everaldo, Aloísio, Fernando Sobral, Richard, Cavichioli, Mendoza, Índio Ramírez, Vagner Mancini
Próximos jogos: São Paulo (c), Fluminense (f) e Fortaleza (c)

RAMON LISBOA/EM/D.A PRESS

degusta

Culinária do Piauí surpreende, transformando repolho em iguaria que pode ser acompanhamento ou tira-gosto

LAFF/REPRODUÇÃO

O peruano "Moon heart" deu a Aldo Salvini o prêmio de diretor em festival londrino de ficção científica

EMBAÚBA FILMES

O brasileiro "Marte Um" ganhou prêmios nos festivais São Francisco, OutFest e BlackStar, nos EUA

AMÉRICA DO SUL MOSTRA SUAS ARMAS NA BRIGA PELO OSCAR

O BRASILEIRO "MARTE UM" JÁ ENFRENTA A CONCORRÊNCIA DE LONGAS DE SETE PAÍSES DO CONTINENTE NA DISPUTA DA VAGA PARA LUTAR PELO PRÊMIO. "ARGENTINA, 1985" DESPONTA COMO FORTE CANDIDATO

AMAZON FILMS/DIVULGAÇÃO

Ricardo Darín é o promotor Julio Strassera no filme "Argentina, 1985", sobre a ditadura militar no país

LUCAS LANNA RESENDE

A resistência de um casal indígena em sair de sua terra, apesar dos problemas de abastecimento, em "Utama", longa boliviano de Alejandro Loayza Grisi, rendeu ao diretor o prêmio de Melhor filme de ficção internacional no festival norte-americano de Sundance, em janeiro.

O ímpeto do promotor Julio Strassera em condenar militares responsáveis pela ditadura no país (1976-1983), argumento de "Argentina, 1985", de Santiago Mitre, deu ao filme o prêmio da Federação Internacional de Críticos de Cinema, entregue no encerramento do Festival de Veneza, na Itália.

MINAS No Brasil, a luta da família Martins, na periferia de Belo Horizonte, para manter a esperança no futuro, registrada em "Marte Um", de Gabriel Martins, rendeu ao longa prêmios nas categorias Júri popular, Especial do júri, Melhor trilha sonora e Melhor roteiro no Festival de Gramado, em agosto. A produção mineira também foi premiada nos festivais de São Francisco, OutFest e BlackStar, nos EUA.

O cineasta peruano Aldo Salvini, por sua vez, contou em "Moon heart" a história de M, senhora solitária que vê seu deserto interior refletido na figura de uma formiga, com quem decide compartilhar seus dramas. A trama atípica, para não dizer bizarra, deu ao cineasta o prêmio principal no The London International Festival of Science Fiction and Fantastic Film, em Londres.

Esses longas pouco ou nada teriam em comum, não fosse a campanha para representar os respectivos países no Oscar 2023. Até quinta-feira (29/9), oito países da América do Sul já haviam indicado "candidatos a candidatos" à estatueta de Melhor filme internacional.

Também estão no páreo os vizinhos Venezuela, com um dos queridinhos do Festival de Veneza, "The box", de Lorenzo Vigas; Paraguai, com "Eami", de Paz Encina, premiado em Rotterdam; Equador, com "Lo invisible", de Javier Andrade; e Uruguai, com "The employer and the employee", de Manolo Nieto.

A categoria abarca países predominantemente de língua não inglesa, que têm até 15 de novembro para escolher o título que será submetido à Academia de Artes e Ciências Cinematográficas.

"Assim que cada país escolhe seu filme – no caso do Brasil, isso cabe à Agência Nacional do Cinema (Ancine) –, forma-se um comitê com os membros da Academia. Eles assistem a todos os indicados e selecionam nove. Desses nove, os membros vitalícios da entidade selecionam os cinco que seguirão para a cerimônia", explica Vitor Miranda, gerente do Cine Humberto Mauro.

A categoria de Melhor filme internacional (antes Melhor filme estrangeiro) só passou a fazer parte da cerimônia mais popular do cinema em 1957. Antes disso, filmes não americanos recebiam, no máximo, menções e prêmios honorários.

RÚSSIA ESTÁ FORA

A Rússia não apresentará longa para disputar o Oscar de Melhor filme internacional, neste momento em que o país e os Estados Unidos enfrentam uma das piores crises da história devido à ofensiva russa na Ucrânia. Esta semana, o diretor do comitê responsável por selecionar o longa russo para a premiação, Pavel Chukhrai, denunciou a decisão, "tomada nas minhas costas", e informou que decidiu renunciar.

"A sensação que tenho é de que o Oscar é uma festa deles (americanos). Os estrangeiros estão lá apenas como convidados e não efetivamente como participantes", afirma Vânia Catani, que comanda a produtora Bananeira Filmes e integrante da Academia de Artes e Ciências Cinematográficas.

A mineira produziu filmes que representaram o Brasil no Oscar e em importantes festivais no exterior. Em 2013, "O palhaço", dirigido por Selton Mello e produzido por Vânia, tentou uma vaga para o Brasil e não foi selecionado.

Desde 2019, Vânia Catani integra a Academia. Ingressou na entidade depois de a instituição receber uma saraivada de críticas devido à falta de diversidade e à ausência de negros, latinos e asiáticos no "colégio eleitoral" do Oscar.

A representatividade das minorias ainda é um desafio, apesar de, nos últimos anos, a instituição buscar superar o problema.

Vitor Miranda cita exemplo recente disso. "No ano passado, o favorito para ganhar o Oscar de Melhor filme era 'Ataque dos cães', de Jane Campion. Muito bem recebido, havia vencido importantes premiações. Mas acredito que por ser de uma diretora neozelandesa e se tratar de trama que subverte o gênero western, a Academia optou por 'No ritmo do coração', que traz temáticas importantes, mas de maneira mais suavizada", afirma.

HERMANOS Na opinião de Vânia Catani, entre os sul-americanos já indicados à Academia para brigar pelo Oscar, o que mais se enquadra nos padrões do prêmio é "Argentina, 1985".

"Ele está muito grande, vem sendo exibido em muitas salas da Argentina e de outros lugares. Além disso, a trama traz questões da Argentina, mas que não se limitam ao país. E conta com o (Ricardo) Darín no elenco, que puxa muita gente para o filme", destaca a produtora.

Vânia ressalta que o país hermano sempre foi forte candidato: indicado seis vezes ao Oscar, venceu com "A história oficial" (1986), de Luis Puenzo, e "O segredo de seus olhos" (2010), de Juan José Campanella.

O Brasil disputou, sem sucesso, o prêmio de Melhor filme estrangeiro com "O pagador de promessas" (1963), "O quatrilho" (1996), "O que é isso, companheiro?" (1998) e "Central do Brasil" (1999).

O mineiro "Marte Um" vai brigar para trazer o prêmio para o país. Porém, o diretor Gabriel Martins afirmou ao podcast "Divirta-se", do portal Uai, que é necessário aporte financeiro para que o longa possa ser divulgado aos jurados.

"Desde que a pandemia começou, a Academia disponibilizou streaming em que as distribuidoras podem colocar os filmes concorrentes, mediante pagamento. Isso seria extremamente positivo para o Gabito (Gabriel Martins). Afinal, são cerca de 3 mil votantes, e nós nem temos a lista com todos os nomes. Como divulgar o filme para todas essas pessoas?", sugere Vânia Catani.

Gabriel Martins está buscando o apoio de estrelas internacionais, como a atriz Viola Davis, o cineasta Spike Lee e o ator, diretor e roteirista Jordan Peele, para ajudar a divulgar seu filme nos EUA.

"É interessante fazer esse tipo de campanha, porque acontece muito de os votantes nem sequer assistirem a todos os filmes, somente àqueles que já estão no radar deles. A estratégia é eficaz para que mais pessoas vejam o filme", conclui Vitor Miranda.

ALMA FILMS/DIVULGAÇÃO

O longa-metragem boliviano "Utama" foi premiado no Festival de Sundance, nos Estados Unidos

REGINA TEIXEIRA DA COSTA

EM DIA COM A PSICANÁLISE

> "Nos agarramos de unhas e dentes ao sentido que damos às coisas, sem entender que ele nos causa sofrimento"

>> reginacosta@uai.com.br

Vida vazia

A vida, de fato, não tem sentido predeterminado, a não ser aquele que criamos. Nossas ficções sobre a história vivida são repletas de pinceladas compostas de toques emocionais. Fazemos interpretações pessoais distorcidas pelo entendimento infantil que às vezes nos acompanha toda uma vida. Tecemos lembranças encobridoras que tingem a realidade com nossos afetos, desejos, medos, frustrações e expectativas.

Essas formas tão particulares de sentir de acordo com nossas percepções chamamos de "fixões", ou fixações. Em torno delas giramos e damos sentido a lógicas tão íntimas que diríamos que são criações de cada um. Assim é. Tanto que quando conversamos com irmãos que viveram a mesma realidade, na mesma família e com mesmos pai e mãe, percebemos diferenças tanto nas lembranças – às vezes as deles desmentem as nossas – como também na forma de compreender aquilo que se passou.

A mãe e o pai nem sempre são os mesmos para todos os filhos. Cada um, em sua posição, vê a realidade de um ângulo muito particular. Se várias pessoas em torno de um objeto qualquer o descreverem, teremos várias descrições diferentes sobre o mesmo por causa do ângulo pelo qual é visto.

O poder do que interpretamos daquilo que nosso olhar capta e nossa mente entende é permeado pela coloração afetiva que envolve a racionalidade. E o real que sustenta a realidade conforme nossa interpretação, que sustenta nossa simbolização, nossa linguagem, ele em si não tem sentido.

Por isso, a imaginação entra na vida a fim de nos auxiliar, dando um sentido, um encadeamento, uma consistência e lógica própria. Mas ficamos presos por esse imaginário que tece a teia da qual não é fácil escapar.

O imaginário produz consistência tão densa e pesada que sofremos, mas não podemos abrir mão das nossas crenças. Ou da lógica do nosso fantasma, como costumamos dizer na psicanálise.

É nisso que patinamos e nos prendemos. Temos pavor de suspender certezas, pois "fixões" são a capa protetora contra o vazio. Se chutarmos essa bengala imaginária, abre-se um vazio de sentido temido e evitado. Mas que pode ser ressignificado, conforme o desejo de cada um.

Nos agarramos de unhas e dentes ao sentido que damos às coisas, sem entender que ele nos causa sofrimento. Ignorando ou negando que em tantas situações acabamos no mesmo barro escorregadio dos nossos fantasmas.

Um *non sense* caótico vira o sentido da vida. Uma vida no mau sentido para evitar o sem sentido da vida. Pode-se passar toda a vida equivocadamente e sofrendo para que a verdade última do desejo não venha nos desalojar do conforto sofrido de cada dia.

Muitas e muitas vezes esse sentido falseado pode ser até mesmo vivido a dois, num delírio, ou em uma negação, cuja manutenção custa tempo perdido em vão. A vida sem desejo é pura mortificação.

Por exemplo, quando a relação se mostra esvaziada e nada mais a justifica, para não renunciar e não perder nada, nós continuamos marchando anestesiados. Isso nos faz inventar justificativas. Vamos inventando sentidos e mais sentidos úteis para não mirarmos a inconsistência das situações. E assim se vão muitas vidas, com alto custo e pouco desejo.

HORÓSCOPO DA SEMANA

CLAUDIA HOLLANDER

ÁRIES (20 mar. a 20 abr.)
Júpiter, que ocupa seu signo, agora está em tensão com Mercúrio e o Sol, por isso não deixe que os outros tolham suas iniciativas, mas também não aja de modo extremista em seus contatos pessoais e sentimentais. Fique na sua e procure manter a calma em todas as situações. Dica: Plutão promete um período produtivo.

TOURO (21 abr. a 20 mai.)
É importante que você tome maior consciência das suas necessidades íntimas e não se sobrecarregue de trabalho, para não se estressar físico ou psicologicamente. Confie em si e nas suas potencialidades e dê tempo ao tempo para que as coisas possam fluir normalmente. Dica: não espere demais de quem está à sua volta.

GÊMEOS (21 mai. a 20 jun.)
Os contatos arrevesados do Sol e Mercúrio com Júpiter aconselham você a não se deixar levar demais pelo idealismo e a manter o senso prático em todas as ocasiões. Não alimente expectativas demais em relação aos amigos e concentre-se no seu próprio potencial. Dica: use de muita habilidade ao se relacionar com quem mais gosta.

CÂNCER (21 jun. a 21 jul.)
Nesta fase, o Sol e Mercúrio fazem oposição a Júpiter e anunciam um período em que você deve se dividir com habilidade entre as atividades profissionais e as solicitações e responsabilidades domésticas. Evite sobrecargas e alterne os períodos de desgaste com outros de descanso. Dica: mantenha a estabilidade emocional, sobretudo em casa.

LEÃO (22 jul. a 22 ago.)
Mercúrio e sua estrela-guia, o Sol, agora estão em tensão com Júpiter, que aconselha você a se precaver contra todo tipo de dispersão, inclusive das suas nergias físicas e emocionais. Evite também envolver-se em atritos ou discussões. Dica: persevere no hábito de pensar positivamente, para atrair sorte e proteção para sua vida.

VIRGEM (23 ago. a 22 set.)
Os contatos tensos do Sol e Mercúrio com Júpiter o aconselham a ser mais prudente do que nunca nos gastos, negócios e finanças. Esteja alerta para não sofrer perdas nem ter prejuízos. Atenha-se às despesas rotineiras e inadiáveis. Dica: Marte coloca você em evidência no setor profissional e social, mas evite exigir-se demais.

LIBRA (23 set. a 22 out.)
O Sol e Mercúrio, em seu signo, acham-se negativamente ativados por Júpiter, que aconselha você a não se deixar levar pelo espírito de competição nem se envolver em situações de confronto. Procure aliar-se às outras pessoas, em vez de brigar e disputar com elas. Dica: reserve um tempo para relaxar e se reequilibrar.

ESCORPIÃO (23 out. a 21 nov.)
O fato de o Sol e Mercúrio vibrarem de modo arrevesado no signo anterior ao seu assinala um período em que você deve ser mais realista e prudente do que nunca em suas ações e iniciativas, inclusive nos assuntos do coração. Não fantasie demais nem provoque rompimentos. Dica: preserve tudo o que há de bom com a pessoa amada.

SAGITÁRIO (22 nov. a 21 dez.)
O aspecto tenso do Sol e Mercúrio com seu planeta Júpiter assinala um período em que você deve canalizar suas energias com objetividade, para empreendimentos viáveis, sem se dispersar em projetos utópicos. Vá com calma e não se deixe levar excessivamente pelo idealismo. Dica: mantenha os pés no chão.

CAPRICÓRNIO (22 dez. a 20 jan.)
Concentre-se em seus relacionamentos, porém não se descuide das suas necessidades pessoais e procure administrar bem seu tempo, para poder se dedicar também a si. É importante que você manifeste seus sentimentos e dê a devida atenção a quem mais gosta. Dica: tenha calma em casa e não bata de frente com sua família.

AQUÁRIO (21 jan. a 19 fev.)
Nestes dias o Sol, Mercúrio e Júpiter aconselham você a medir suas palavras e a não se envolver em discussões. Procure manter a harmonia à sua volta. Não se disperse em atividades demais e faça uma coisa por vez, com toda atenção. Dica: cultive o otimismo, a confiança e a positividade, para manter-se em alto astral.

PEIXES (20 fev. a 20 mar.)
Pense ainda melhor antes de agir ou dizer qualquer coisa e não se envolva em atritos ou discussões, principalmente com as pessoas mais próximas e queridas. Acautele-se contra a sinceridade excessiva, que pode fazer com que você cometa gafes e magoe os outros. Dica: procure administrar bem suas energias e emoções.

SUDOKU

				7				6
9					1			3
	4	1		9	3			5
	6	2						
1			4				5	
4	5		6					
					8			
3	7	9				8		
		4					3	

www.cruzoox.net

Para jogar basta completar cada linha, coluna e quadrado 3 x 3 com números de 1 a 9. Não há nenhum tipo de matemática envolvida.

SOLUÇÃO ANTERIOR

3	1	6	8	4	5	7	9	2
9	4	2	3	6	7	5	8	1
7	8	5	2	1	9	6	3	4
4	3	8	7	2	1	9	6	5
6	5	1	9	8	3	4	2	7
2	7	9	6	5	4	8	1	3
1	6	3	4	7	8	2	5	9
5	2	4	1	9	6	3	7	8
8	9	7	5	3	2	1	4	6

CRUZADAS

www.coquetel.com.br © Revistas COQUETEL

DAD SQUARISI

DICAS DE PORTUGUÊS

>>dadsquarisi.df@dabr.com.br >>BLOG DA DAD: www.correiobraziliense.com.br

Recado

> "O fato mais importante no ato de escrever é que o tempo some. Três horas parecem três minutos."
> **Gore Vidal**

Favas contadas

Sabia? A expressão favas contadas tem tudo a ver com eleições. Foi há muuuuuuuito tempo. No Império, o voto eram favas. As brancas diziam sim. As pretas, não. Na apuração, separavam-se as cores. Venciam as que tinham o maior número – sem choro nem vela. Com o tempo, a duplinha abandonou as urnas, bateu asas e voou. Ganhou a boca do povo e novos empregos. Mas manteve fidelidade ao significado original. Favas contadas é fato consumado: A eleição hoje são favas contadas.

Eleito

Eleger é verbo generoso. Tem dois particípios. Um regular: elegido. Outro irregular: eleito. Quando usar um ou outro? Com os auxiliares ter e haver, elegido pede passagem. Com ser e estar, eleito: Algum candidato será eleito em primeiro turno? Os puxa-sacos dizem que ele já está eleito. O brasileiro tem elegido bons políticos? Talvez no passado o brasileiro haja elegido candidatos mais comprometidos com o país.

Voto

Foi dada a partida. A sorte está lançada. Candidatos suaram a camisa e gastaram sola de sapato com um único objetivo. Eleger-se. Pra chegar lá, precisam conquistar o eleitor e, com ele, o voto.

O objeto de desejo tão cobiçado tem duas acepções e duas origens. A primeira veio do latim votum. Quer dizer promessa, desejo. O padre faz voto de castidade. Os noivos, voto de amor eterno. Os padrinhos, voto de batismo. Amigos, votos de feliz Natal.

A segunda tem sentido político. Nasceu do inglês vote. Significa sufrágio, votação. É a maneira de expressar a vontade ou opinião num ato eleitoral ou numa assembleia: Muitos criticam o voto obrigatório. Preferem o facultativo. O síndico ganhou por um voto. O voto é a arma do eleitor.

Urna

É urna pra cá, urna pra lá, urna pra colá. A palavra é tão familiar que, quando usada, dispensa explicações. Sabemos que é o recipiente onde se depositam (ou a máquina onde se digitam) os votos de uma eleição: O brasileiro vai às urnas hoje. Os governantes têm de ouvir a voz das urnas. Esperamos com ansiedade o resultado das urnas.

Nem sempre o vocábulo teve esse significado. Quando nasceu, no latim, urna dava nome a um grande jarro de cerâmica usado para transportar água ou para guardar as cinzas dos mortos cremados. No século 16, o termo passa a designar, no português, o recipiente onde se colocam as pedras para os sorteios ou os votos de uma eleição. O sentido inicial bateu asas e voou. Ficou nos dicionários.

Eleição

A palavra mais ouvida nos últimos dias? É pesquisa. Os institutos fazem mais sucesso que a novela "Pantanal". Pode? Pode. Tanta popularidade cobra preço alto. Ao escrever a trissílaba e respectiva filharada, muitos tropeçam na grafia. Dão a vez ao z em vez do s. Esquecem-se de pormenor pra lá de importante.

Na língua, impera uma regra: a família acima de tudo. Se o paizão se grafa com s, os descendentes não têm saída. Conservam a letrinha. É o caso de pesquisa, pesquisar, pesquisador, pesquisado, pesquisinha, pesquisona. É o caso também de camisa, camisaria, camiseiro, camisinha, camisola. É o caso ainda de país, paisinho, paisão, paiseco.

Não só

A regra não é privilégio do s. Vale para as demais letras. Viajar, por exemplo, se escreve com j. Todas as formas do verbo serão fiéis a ele: viajo, viaja, viajamos, viajam; viaje, viajes, viajemos, viajem. Nariz, rapaz, capuz, raiz, juiz e vez exibem z. A lanterninha do alfabeto permanece firme e forte nos derivados: narizinho, rapazinho, rapazote, capuzinho, encapuzar, raizinha, enraizar, enraizado, juízo, ajuizar, vezinha, vezeiro.

Leitor pergunta

De pé ou em pé?
Múcio Carlos, Pelotas

Tanto faz. Com uma ou outra preposição, o sentido de mantém:
Come em pé. Come de pé.
Viajei em pé. Viajei de pé.
Esperamos em pé. Esperamos de pé.

AUDIOVISUAL

Simone Spoladore estrela "O livro dos prazeres", filme de Marcela Lordy sobre professora solitária que se aventura em poética jornada de autodescoberta quando encontra o amor

Clarice Lispector está de volta ao cinema

Uma livre adaptação da obra literária de Clarice Lispector para o cinema. Quem poderia imaginar algo tão ousado na história da cultura brasileira e transportar a escrita melancólica, profunda e reflexiva da escritora para o cinema? A diretora Marcela Lordy não só pensou, como lançou o filme "O livro dos prazeres", baseado no livro homônimo da autora.

"Literatura é uma coisa e cinema outra, por isso ter a liberdade de 'brincar' com a simbologia foi um prato cheio, porque gosto do lúdico e do sensorial. Conseguimos trazer a escrita da Clarice para o cinema, que é ação, usando elementos de outros contos dela, além de experiências e referências pessoais para fazer isso funcionar", explica Marcela.

MERGULHO Na trama, a protagonista Lóri, interpretada por Simone Spoladore, é uma professora do ensino fundamental, nascida em uma família tradicional do Rio de Janeiro, que tem dificuldade de estabelecer relações afetivas. Sua vida muda quando conhece o professor de filosofia Ulisses, papel do ator argentino Javier Drolas, que desperta a necessidade de transformação em Lóri e a faz mergulhar em seus traumas e enfrentar a solidão, até que esteja curada e pronta para amar.

Na versão da diretora, os personagens principais são bem menos conservadores que na obra original, publicada em 1969, o que não significa uma Clarice retrógrada. No livro, ela inverte a narrativa patriarcal, em que o homem é o grande aventureiro. Lóri é quem toma a iniciativa e decide encontrar o seu eixo antes de se entregar ao amor.

"A escritora bagunça essa questão de gênero e isso está retratado tanto no livro quanto no filme", diz a diretora, que faz questão de ressaltar que a produção delicada e poética vem ao encontro do que as pessoas estão procurando atualmente: o amor. "Estamos carentes (risos)".

Da ideia – vinda de Walter Salles, com quem Marcela Lordy trabalhou durante muitos anos – até o lançamento do longa foram 12 anos de dedicação. Os dois primeiros ela correu atrás da compra da licença e dos direitos de Clarice. Mais sete anos se passaram até a finalização. Só que "O livro dos prazeres" foi afetado pela pandemia e o lançamento oficial, que seria em 2020, acabou adiado. O que, segundo a diretora, coincidiu com a trama.

"O contexto do filme mudou, mas a nosso favor. Lóri resolveu se isolar para uma jornada de autoconhecimento. Na vida real, passamos por um período de isolamento compulsório, mas que nos ensinou a gostar de ser uma companhia na solitude, o que se assemelha com a personagem", conta.

WLADIMIR FONTES/DIVULGAÇÃO

Lóri (Simone Spoladore) tem a solitude como companheira em seu mergulho interior

GABRIELA BERNO/DIVULGAÇÃO

A diretora Marcela Lordy afirma que Clarice Lispector "bagunça a questão de gênero", aspecto presente no filme e no livro

SIMONE Figura onipresente no longa, Simone Spoladore traduz as mulheres de Clarice Lispector com sua aura misteriosa e excêntrica.

"A Simone tem o mistério da Clarice, é uma mulher que sabe silenciar. O livro narra a evolução de uma pessoa que aprende a olhar as suas feridas. É um filme de cura, e a Simone tem essa profundidade, que também combina comigo", celebra a diretora.

A crítica consagrou a produção. "O livro dos prazeres" foi exibido em mais de 15 festivais e recebeu premiações no Bafici (competição americana), com o troféu de Melhor atriz para Simone Spoladore e Menção honrosa para o longa. No Festival de Cinema de Vitória, recebeu o prêmio de Melhor roteiro, Melhor interpretação (Simone Spoladore) e Menção honrosa para fotografia de Mauro Pinheiro Júnior. Também foi premiado no Festival do Rio 2021.

Aos 48 anos, Marcela Lordy tem longa trajetória profissional dedicada às artes visuais. Cineasta, roteirista e produtora, "O livro dos prazeres" marca sua estreia na direção de longa-metragem de ficção, mas sua jornada no cinema reúne "A musa impassível" (2010), "Ouvir o Rio: Uma escultura sonora de Cildo Meireles" (2012), "Ser o que se é" (2018) e "O amor e a peste" (2022), entre outros. É dela a direção do longa "Turma da Mônica" (2022), da Globo Filmes.

> A Simone tem o mistério da Clarice, é uma mulher que sabe silenciar. O livro narra a evolução de uma pessoa que aprende a olhar as suas feridas. É um filme de cura
>
> **Marcela Lordy**, cineasta

O trabalho de Marcela cruzou as fronteiras e chamou a atenção de uma das principais revistas de entretenimento e cultura do mundo, a americana Variety. A publicação diz que ela faz parte da "nova geração de jovens cineastas brasileiras que é um dos fenômenos mais interessantes vistos atualmente no cinema da América Latina."

CIENTISTA Transitar pelas mais diversas mídias e para diferentes públicos continua nos planos de Marcela Lordy, que está concluindo a produção de "O silêncio de Aline", história de uma cientista surda, comunicativa e barulhenta, vizinha de musicista que precisa de silêncio para criar. Leandra Leal está confirmada como protagonista.

Além disso, a diretora trabalha na ideia de uma série que terá como pano de fundo o kung fu, arte marcial que considera essencial para sua disciplina, equilíbrio, memória e concentração.

Prepare-se, pois "O livro dos prazeres" é mergulho nas próprias feridas como só Clarice Lispector soube descrever.

"O ensinamento desta obra é que o amor é cada um na sua, do seu jeito e com alguma coisa em comum. A alma é ímpar e não gêmea. Esse é o amor possível para Clarice", finaliza Marcela Lordy. **(Folhapress – Fernanda Grilo)**

"O LIVRO DOS PRAZERES"
Brasil, 2020. De Marcela Lordy. Com Simone Spoladore, Javier Drolas e Felipe Rocha. A professora Lóri vive sozinha, dedicada à rotina das aulas e a seu cotidiano monótono. Tudo muda quando ela conhece o professor Ulisses e se depara com o amor. Em cartaz na sala 3 do UNA Cine Belas Artes, às 14h10.

O monstro chamado trauma

PARAMOUNT/DIVULGAÇÃO

No longa "Sorria", a médica Rose Cotter (Sosie Bacon) se depara com assustadores seres "bem-humorados"

No panteão de monstros do cinema, a menina com cabelos pretos que cobrem o rosto figura entre criaturas como Frankenstein e Jason Voorhees. Sadako (ou Samara, na versão americana) assombra desde o sucesso de "Ringu – O chamado", propulsor do terror japonês nos anos 2000, e da ótima refilmagem de Gore Verbinski, vinte anos atrás.

Em "O chamado", logo após assistir a uma fita VHS com imagens bizarras, o telefone tocava e uma voz sinistra decretava "sete dias". Caso a maldição não fosse passada adiante nesse período, Samara aparecia e fazia mais uma vítima. Em "Sorria", do estreante Parker Finn, o mecanismo é praticamente o mesmo, mas sem envolver tecnologias obsoletas.

Sosie Bacon vive Rose Cotter, médica de um hospital de emergências psiquiátricas. Certo dia, ela recebe uma jovem que, em aparente surto psicótico, diz que está sendo perseguida por uma entidade maligna. Diferentemente de Samara, a entidade não tem aparência física definida – ela toma a forma de pessoas sorridentes.

Durante a consulta, a moça se descontrola e se suicida de maneira brutal, sorrindo enquanto corta o próprio pescoço com um caco afiado. Rose logo descobre que a paciente não estava alucinando.

Perturbada pelas mesmas aparições, a protagonista começa a investigar o caso com o auxílio de um ex-namorado, o policial Joel, vivido por Kyle Gallner.

STREAMING A Paramount planejava lançar "Sorria" diretamente no streaming, mas mudou de ideia depois que o público respondeu bem ao filme durante os testes. Fazer terror é relativamente barato e, quase sempre, gera bom retorno.

"Sorria" tem bons momentos de tensão, sobretudo no começo. O diretor não faz escolhas genéricas, a trilha sonora é interessante e, às vezes, a câmera parece atravessar cenários e personagens. Com quase duas horas, no entanto, Finn não cria a mesma sensação de perigo iminente de "O chamado".

Em "Sorria", o verdadeiro monstro é o trauma. Desde "O Babadook" e "Hereditário", a maioria dos filmes de terror se sente obrigada a falar do assunto.

De repente, até "Halloween" virou um filme sobre trauma, com a atriz Jamie Lee Curtis repetindo a palavra em todas as entrevistas que deu durante a divulgação da trilogia que, graças a Deus, já está para acabar.

Para o gênero ser levado a sério, parece que o terror tem de tratar de distúrbios mentais como depressão pós-parto ou transtorno do estresse pós-traumático. Não basta criar um bom monstro, um mal encarnado – que não se dissipa nem mesmo quando a protagonista busca corrigir os erros do passado –, é preciso ancorar o sobrenatural em fenômenos reais.

"Sorria" é só mais um exemplo da nossa profunda escassez de imaginação. **(Folhapress – Ieda Marcondes)**

"SORRIA"
EUA, 2022. De Parker Finn. Com Sosie Bacon, Kyle Gallner e Rob Morgan. Em cartaz em salas das redes Cinemark e Cineart em BH, Contagem e Betim.

AUDIOVISUAL

Sucesso de remake do folhetim dos anos 1990 mostra o fôlego de adaptações de antigas tramas ao olhar contemporâneo sobre questões de gênero, comportamento e respeito ao meio ambiente

"Pantanal" reforça aposta na era de ouro das novelas

MATHEUS HERMÓGENES*

Na virada de agosto para setembro, HBO e Amazon Prime Video lançaram as respectivas apostas no universo das séries de fantasia, "A Casa do Dragão" e "Os Anéis de Poder". Os spin-offs de "Game of Thrones" e "Senhor dos Anéis" mobilizaram o planeta, com os primeiros episódios batendo os 20 milhões de espectadores.

O Brasil, entretanto, só quis saber de Maria Bruaca (Isabel Teixeira), Trindade (Gabriel Sater), Velho do Rio (Osmar Prado), Juma (Alanis Guillen) e Cramulhão (apelido do diabo), personagens da novela "Pantanal", exibida na faixa das 21h pela TV Globo. Nas redes sociais, houve quem apresentasse números das telenovelas globais, sobretudo do folhetim das nove, superiores aos da séries estrangeiras.

BONNER Remake do sucesso da TV Manchete na década de 1990, escrito por Benedito Ruy Barbosa e considerado clássico da teledramaturgia brasileira, "Pantanal" estreou em 28 de março, com direito a "anúncio solene" pelo âncora do Jornal Nacional, William Bonner.

De cara, a trama assinada por Bruno Luperi, neto de Benedito Ruy Barbosa, recuperou parte da audiência perdida pela antecessora "Um lugar ao sol", o primeiro título inédito da Globo desde a eclosão da pandemia de COVID-19.

Nesta reta final – o último capítulo será exibido na sexta-feira que vem, 7 de outubro –, a expectativa é de que "Pantanal" consiga superar a média de 30 pontos de audiência, desempenho prejudicado pelo horário eleitoral gratuito ao longo de setembro.

Atualmente, o sucesso de uma novela não se mede apenas pela quantidade de aparelhos de TV ligados. Aliás, a repercussão da trama pantaneira nas redes sociais é considerável: por várias vezes, ela ficou entre os assuntos mais comentados do Twitter. Foi também uma das atrações mais assistidas na plataforma de streaming da Globo.

"Pantanal" caiu – mesmo – na boca do povo, como se diz. O linguajar dos peões da fazenda de José Leôncio (Marcos Palmeira) ganhou as ruas do país. "Ara!", "larga mão" e "reiva" conquistaram também as redes sociais. Até Roberto Carlos aderiu. Ao explicar por que mandou um fã que atrapalhava seu show se calar, o Rei avisou: "Quando fico com 'reiva', nem a Juma segura!"...

O impacto da estética pantaneira se refletiu até na nova camisa da Seleção Brasileira, que disputará a Copa do Mundo do Qatar, com início em em novembro. Ela traz relevo inspirado na onça-pintada, a outra face de Juma Marruá.

A Nike, que fornece material para o time, usou elementos do bioma do Pantanal no material de divulgação do uniforme, embora tenha negado a influência da novela, propriamente dita, em seu produto.

LGTB Devido a ajustes feitos por Bruno Luperi ao longo do remake, temas polêmicos tratados de forma preconceituosa na primeira versão de "Pantanal", como homossexualidade e "LGTBfobia", ganharam novo enfoque.

O neto de Benedito Ruy Barbosa pôs muitos holofotes sobre o machismo, por exemplo. E o protagonista José Leôncio fez mea-culpa sobre sua ignorância e dos peões a respeito tanto do homossexualismo de Zaquieu quanto do jeito delicado de Jove (Jesuíta Barbosa), tachado de "flozô" e alvo de chacotas da peãozada.

Maria Bruaca conquistou o Brasil ao se rebelar contra a tirania do marido, Tenório (Murilo Benício), machista e violento. Fez isso redescobrindo a própria sexualidade, relacionando-se com rapazes mais jovens do que ela.

Bruno Luperi enfatizou também a importância de preservar o meio ambiente e, sobretudo, o desenvolvimento sustentável, através de decisões empresariais no agronegócio. O herdeiro Jove, por exemplo, defende a utilização nas terras do pai de sistemas agroflorestais, os SAFs.

O jornalista Mauricio Stycer, especializado em TV, considera que o remake conseguiu apresentar "entretenimento conectado à realidade, que fez pensar sobre vários assuntos". Para ele, de modo geral, "Pantanal" representa a tentativa, por parte da Globo, "de resgatar a época de ouro das novelas, apesar de ter sido uma aposta cômoda e segura."

ELENCO Stycer ressalta a qualidade do elenco "enxuto", que entregou alto nível de interpretação. De acordo com o colunista do site Uol, é até "injustiça" destacar alguém em particular.

Nesta última semana, atores e atrizes que participaram da versão original surgirão como convidados do casamento triplo de Filó (Dira Paes) e José Leôncio (Marcos Palmeira), Tadeu (José Loreto) e Zefa (Paula Barbosa), e Irma (Camila Morgado) e José Lucas (Irandhir Santos).

Estarão no casório Cristiana Oliveira, que deu vida a Juma na Manchete, Sérgio Reis, o Tibério original, Giovanna Gold, a primeira Zefa, e Ingra Lyberato, que interpretou Madeleine. Além, claro, de Almir Sater, Gisela Reimann e Marcos Palmeira, que atuaram na primeira versão como Tibério, Érica e Tadeu, e agora interpretam o chalaneiro Eugênio, Ingrid e José Leôncio.

A Globo tem o costume de não divulgar resumos dos últimos capítulos de suas novelas. Mas nesta reta final, já se sabe de algumas mudanças em relação à "Pantanal" dos anos 1990.

Na primeira versão, Tenório (Antonio Petrin) castrou Alcides (Angelo Antônio) devido ao caso dele com sua ex-mulher Maria Bruaca (Ângela Leal). Agora, Tenório (Murilo Benício) torturou a ex (Isabel Teixeira) e estuprou Alcides (Juliano Cazarré).

A morte é o destino do vilão machista e violento. Mas Alcides e Maria Bruaca não vão partir para longe, como ocorreu nos anos 1990. Desta vez, o casal comparecerá à festa tripla de casamento na fazenda de José Leôncio.

TIROS Outra mudança: na primeira versão, havia salva de tiros no enterro de José Leôncio. Luperi excluiu a cena, neste Brasil às voltas com a propagação do armamentismo pelo presidente da República e violência política, a pedido do elenco.

José Leôncio vai morrer do coração, como ocorreu na primeira trama, e o bastão das fazendas ficará com Joventino (Jesuíta Barbosa). O patriarca será o novo Velho do Rio, guardião do Pantanal, no lugar de seu pai.

Na primeira versão, Claudio Marzo fez o papel dos dois. Aliás, o ator, que morreu em 2015, ganhou homenagem, com ajuda de efeitos de inteligência artificial, ressurgindo na comitiva formada por pantaneiros já mortos, em capítulo exibido em agosto.

Tadeu (José Loreto) vencerá a competição pela sela de prata do avô, mas é Jove quem ficará à frente dos negócios da família.

Guta (Julia Dalavia) e Marcelo (Lucas Leto) repetirão final feliz da trama original, enquanto Zuleica (Aline Borges) e Renato (Gabriel Santana) administrarão os negócios de Tenório, executado por Zaquieu (Silvero Pereira) e Alcides. O corpo dele será arrastado pelo Velho do Rio para ser comido pelas piranhas.

O ex-mordomo Zaquieu assumirá o crime e se firmará como peão – gay – na fazenda que será comandada por Jove.

Algo que foi especulado, mas não ocorreu, foi a mudança da história de Madeleine. Na segunda fase da trama original, a mãe de Jove (Marcos Winter), interpretada por Ittala Nandi, desaparece em acidente de avião. O desfecho se deu por solicitação da atriz, que faria um trabalho na Índia. Havia a expectativa de que agora a personagem (Karine Teles) fosse salva pelo Velho do Rio. Mas ela continuou desaparecida.

POLÊMICA Em 10 de outubro, estreia "Travessia". Após o sucesso de "Pantanal", vem aí a aposta da emissora para manter a audiência, sob a batuta de Gloria Perez. O novo folhetim já causa polêmica. Além da controversa escolha da influenciadora Jade Picon para o elenco, ele furou a fila do horário nobre e empurrou "Todas as flores", de João Emanuel Carneiro ("A favorita"; "Avenida Brasil"), para a plataforma de streaming Globoplay.

Na última terça-feira (27/9), Gloria Perez curtiu um tuíte em apoio a Jair Bolsonaro em seu perfil no Twitter, desagradando parte do público noveleiro, que ameaçou boicotá-la. A novelista negou ser bolsonarista.

Enquanto o remake de "Pantana"l indica a possível adaptação de fenômenos como "Roque Santeiro" e "Vale tudo" pela Globo, o folhetim "O arroz de palma", parceria de Bruno Luperi com a mãe, a escritora Edmara Barbosa, especulado para a faixa das 18h, por enquanto continua na gaveta onde a emissora guarda suas produções originais.

* Estagiário sob supervisão da editora-assistente Ângela Faria

GLOBO/DIVULGAÇÃO

Zaquieu (Silvero Pereira) se torna o valente peão gay de "Pantanal", depois de enfrentar o preconceito dos trabalhadores da fazenda de José Leôncio

JOÃO MIGUEL JÚNIOR/GLOBO

O Brasil apoiou a jornada de descoberta pessoal e sexual da dona de casa Maria Bruaca (Isabel Teixeira)

GLOBO/DIVULGAÇÃO

"Reiva" de Juma (Alanis Guillen), que na foto acerta as contas com Levi (Leandro Lima), inspirou até o rei Roberto Carlos

ESTEVAM AVELLAR/GLOBO

Tradição e modernidade: Velho do Rio (Osmar Prado) é guardião do Pantanal, enquanto o neto Jove (Jesuíta Barbosa) põe em prática o desenvolvimento sustentável nas fazendas do pai

VICTOR POLLAK/GLOBO

FUNKEIRA EVANGÉLICA

Sheron Menezzes será protagonista de "Vai na fé", primeira trama com temática gospel da Globo

Página 4

TV

QUESTIONADOR NA VIDA REAL

Dalton Vigh, que interpreta Otto em "Poliana moça", no SBT/Alterosa, revela que é o crítico de seu próprio trabalho

Página 4

ROGÉRIO PALLATTA/SBT

FÁBIO ROCHA/GLOBO

CHAY SUEDE SE SENTE LIVRE PARA VIVER O ARQUITETO ARI DA NOVELA "TRAVESSIA", QUE ESTREIA EM 10 DE OUTUBRO, NA GLOBO

PÁGINA 4

SEM JULGAMENTOS

Resumo das novelas

Os resumos dos capítulos são fornecidos pelas emissoras e estão sujeitos a mudanças, conforme o processo de edição das novelas.

	MAR DO SERTÃO GLOBO - 18H20	CARA E CORAGEM GLOBO - 19H30	POLIANA MOÇA SBT/ALTEROSA - 20H30	PANTANAL GLOBO - 21H15
SEGUNDA	Pajeú não aceita a proposta de Tertulinho. Timbó ameaça Tomás, e Rosinha leva o pai embora. Xaviera dá um fora em Vanclei. Candoca surpreende José dançando com Maruan. Sávio flagra o príncipe olhando a janela de Labibe. José revela a verdade sobre Maruan para Candoca, que decide contar para Labibe.	Célia e Rebeca se emocionam ao se conhecerem. Anita fica intrigada com as informações de Jéssica sobre Bob. Duarte se desespera quando Maurice pede explicações sobre a nova fórmula e o mantém refém no exterior, mesmo depois de falar com Danilo. Moa reclama da falta de apoio de Pat.	Marcelo é espancado por bandidos e abandonado na comunidade. Davi, Gleyce e Vinícius resgatam Marcelo. Policial aborda Waldisney e Violeta na rua e pede documento. A dupla foge. Pinóquio tenta ir atrás de Otto, Roger impede e o leva de volta a 'Luc4Tech'. Tânia revela a Otto a notícia do assalto no CLL.	Maria Bruaca comenta com Muda sobre seu receio de que Alcides possa ter ido atrás de Tenório. Tadeu avisa a José Leôncio que Alcides e Zaquieu não voltaram da lida. José Leôncio revela a Filó que sempre soube que Tadeu não era seu filho. Zaquieu salva Alcides no momento em que Tenório mira a arma para o peão.
TERÇA	Cira inicia sua live difamando Candoca e termina por inserir toda a cidade em suas fofocas. Eudoro Cidão fica indignado com a postura de Cira. Vanclei se recusa a pagar pelas despesas de Xaviera, e Quintilha a expulsa de sua pousada. Timbó se enfurece ao saber que Candoca foi difamada na cidade.	Moa permanece desacordado depois do acidente e todos se preocupam com o dublê. Ítalo conta para Anita que a fórmula que Bob Wright levou para o exterior pode ser a mesma envolvida na morte de Clarice. Jéssica tem um pesadelo com Duarte. Bob chega de viagem e vai direto ao encontro de Andréa.	Eugênia fica paranoica com o vírus e não deixa Davi chegar perto das crianças para não contaminá- las. Nanci se torna voluntária no CLL. Marcelo relata a Otto que Tânia saiu pouco tempo antes do assalto ao CLL. Otto afirma a Marcelo que descobriu que Roger está viabilizando a construção do androide.	Zaquieu convence Alcides a ficar com Maria Bruaca. Alcides confessa a José Leôncio que foi ele quem matou Tenório. Maria Bruaca deixa a cargo de José Leôncio contar para a Guta a história que ele achar mais verdadeira sobre a morte do ex- marido. José Leôncio aconselha Alcides a ir embora e recomeçar a vida.
QUARTA	Pajeú não aceita que seu filho vá para um hospital. Quintilha, Anita e Vandei tentam escutar a conversa de José com Cira. A Pastora Dagmar se apresenta para Tereza e Timbó, e Padre Zezo fica incomodado. Lorena revela a Labibe que está sendo chantageada por Cira. Pajeú não deixa Candoca sair de sua casa.	Anita estranha quando Pat a questiona sobre a fórmula. Hugo revela para Moa quem pediu para Bob viajar para o exterior. Ísis teme que a gravidez atrapalhe seu relacionamento com Renan e seu futuro na dança. Hugo estranha o interesse de Moa por saber informações sobre Bob e acredita que ele ainda pense em Andreia.	Pinóquio descobre novos comandos. Ele desativa o rastreador e foge do esconderijo. Em chamada de vídeo com os amigos, Poliana compartilha a ideia de criar uma trupe. Durante a chamada, Song manda mensagem para Helena, que deixa vazar o áudio. A namorada do Luigi fala que Poliana é péssima.	Jove diz a Zaquieu que é difícil acreditar que ele tenha matado Tenório. Marcelo e Renato brigam. Ari conta aos filhos de José Leôncio que o médico está atrás do fazendeiro para fazer exames. Juma descobre que Muda está grávida. José Leôncio pede a Tadeu que limpe a sela de prata para entregar ao seu dono.
QUINTA	Xaviera pede para passar a noite na casa de José. Candoca não consegue convencer Pajeú a levar Cirino para o hospital. Tertulinho não acredita quando Lorena fala que Candoca saiu com Pajeú. Xaviera se emociona com a gentileza de José. Tertulinho se surpreende ao encontrar Xaviera na casa de José.	Duarte implora que Lou não revele sua verdadeira identidade. Lou exige saber tudo sobre a viagem que Duarte fez para não revelar o seu segredo. Jonathan insiste para Armandinho tentar descobrir o que Margareth tem contra ele. Regina humilha Dagmar. Pat revela para Ítalo que Clarice tinha um caso com Gustavo.	Saindo do CLL, ao lado de Otto, Tânia encontra Celeste. A jovem questiona na frente de Otto quando Tânia vai revelar que elas são mais que amigas. Celeste chora com a atitude da mãe. Pinóquio se apresenta para Poliana novamente como Plínio e diz que deseja conhecer Otto.	**O capítulo não foi divulgado pela emissora.**
SEXTA	Pajeú se desespera com o estado do filho. Cira chantageia Lorena para ficar na casa paroquial. José enfrenta Pajeú. Tertulinho vai a pé atrás da ex- esposa. José ajuda Candoca a levar Cirino para o hospital, e Pajeú chora agradecido. Cira se aproveita da presença de Anita para intimidar Lorena.	Rico teme que Lou se envolva novamente com Renan. Chiquinho convence Armandinho a deixar que Rebeca vá almoçar com eles. Renan tem um surto ao ver Lou e Rico juntos. Lou fala para Olívia que elas precisam convencer Teca vê Anita na loja de noivas com Jéssica e se espanta com a semelhança dela com Clarice.	Marcelo chega a casa, avisa sobre o filho de Cecília e Luisa fica preocupada. Otto e Poliana chegam ao lugar marcado com Plínio, mas ele não está no local. Otto entrega à filha, a máscara inovadora que produziu. Celeste vai até a mansão de Otto e revela o grande segredo de que ela é filha de Tânia.	**O capítulo não foi divulgado pela emissora.**
SÁBADO	Candoca dá um fora em Tertulinho, que acaba expulso do hotel. Mirinho oferece ajuda a Xaviera. José conversa com Maruan sobre Labibe. Candoca se espanta com a devoção que Pajeú tem por ela. José e Candoca se beijam. José se declara para Candoca e a questiona sobre seus sentimentos por ele.	Jéssica apresenta Teca para Anita, que vai embora apressada. Robson marca um encontro de Edmilson, ex- motorista de Gustavo, e Ítalo. Gustavo comenta com Danilo que teve um caso no passado. Ítalo descobre que Gustavo esteve com Clarice na noite em que ela morreu.	**Exibição do resumo dos capítulos da semana.**	**Reprise do último capítulo.**

Programação de hoje

GABRIEL CARDOSO/SBT

Silvia Abravanel e Gustavo Moura participam do "Progama Silvio Santos", no SBT/Alterosa

2 RECORD
CAT: (11) 3660-4000
www.rederecord.com.br

06:00 Iurd
07:00 Santo culto
08:30 Iurd
09:00 Minas cap
10:05 Clube da Esquina 50 anos
10:15 Desenhos bíblicos
11:00 Record kids
14:00 Cine maior
15:45 Hora do Faro
19:45 Domingo espetacular
23:00 A fazenda
23:15 Câmera Record
00:30 Chicago med
01:15 Iurd

4 REDE TV!
CAT: (11) 3306-1000
www.redetv.com.br

09:00 São Paulo da sorte
10:05 Iurd
12:10 Casa dos empreendedoras
12:40 Brasil que dá certo
13:00 Free Fire na RedeTV!
15:00 Ultrafarma
16:00 A hora e a vez da pequena empresa
16:15 Educação na TV Apeoesp
16:25 Selfie
17:00 Conferência geral
19:00 Cobertura eleições
20:30 Encrenca
22:05 O céu é o limite
23:15 NFL na RedeTV!
00:45 Foi mau
01:45 Galera esporte clube
03:00 Igreja da Graça no seu Lar

5 SBT/ALTEROSA
CAT: (31) 3237-6000
www.alterosa.com.br

06:00 Jornal da Semana
07:00 Pé na estrada
07:30 SBT sports
09:00 Minas Cap
10:00 Viação Cipó
11:00 Domingo legal
15:00 Eliana
19:00 Roda a roda
19:45 Sorteio Tele sena
20:00 Programa Silvio Santos
00:00 SBT eleições
01:00 Quem não viu vai ver
05:00 Conexão repórter

7 BANDEIRANTES
CAT: (11) 3742-3011
www.redeband.com.br

05:30 +Info
06:00 Momento de fé
06:15 Band kids
06:30 WSN TV do carro
07:30 Play no agro
08:00 Paulo Navarro
08:10 Encontro no Getsmani
08:30 Fórmula 1
11:00 Show do esporte
15:00 Perrengue na Band
17:00 Band eleições
22:00 Canal livre
00:00 Sessão especial
01:30 Show business
02:15 Gestão com identidade
02:45 Fórmula 1 – Melhores momentos

9 REDE MINAS
CAT: (31) 3254-3000
www.redeminas.tv

07:45 Mãe Maria
08:00 Missa dominical
09:00 Sr. Brasil
10:00 Agrocultura
10:30 Cantareira – Águas da Mantiqueira
11:00 Minas rural
11:30 Faróis do Brasil
12:00 Rotas da liberdade
12:30 +Geraes
13:00 Samba na Gamboa
14:00 Sessão família
16:00 Cinematógrafo
16:30 Brasil sobre duas rodas
17:00 Planeta Terra
18:00 Repórter Eco
18:30 Matéria de capa
19:00 Hypershow
20:00 Alto- falante
21:00 Meio de campo
22:00 Harmonia
23:00 Palavra cruzada
23:30 Coletânea

12 GLOBO
CAT: (31) 4002-2884
www.redeglobo.com.br

05:55 Santa missa
06:45 Tô indo
07:15 Pequenas empresas & grandes negócios
08:00 Giro eleições
08:10 Globo rural
09:30 Auto esporte
10:00 Esporte espetacular
12:00 Giro eleições
12:10 Temperatura máxima
13:45 Pipoca da Ivete
15:30 Domingão com Huck
17:00 Eleições 2022 – Boca de urna
18:00 Fantástico
23:30 Vai que cola
00:15 Domingo maior
02:15 Cinemaço

MATÉRIA DE CAPA

Chay Suede fala sobre seu personagem em "Travessia", novela de Gloria Perez que substituirá "Pantanal", na Globo. Ele vive o arquiteto "que vê o que está na frente dele e se apaixona"

"ARI NÃO SE PARECE COMIGO"

Chay Suede se sente livre para, sem julgamentos, interpretar o arquiteto Ari em "Travessia", novela das 21h da Globo, que estreia em 10 de outubro.

Na trama escrita por Gloria Perez, o rapaz pretende oficializar o casamento com Brisa (Lucy Alves), quando uma oportunidade de investigar a construtora de Guerra (Humberto Martins) chega e desvia seu caminho até o Rio de Janeiro. Ele parte do Maranhão, porque deseja impedir que a empresa derrube um dos casarões históricos do lugar.

"O Ari não se parece comigo. As grandes características dele não se encontram em mim. É um homem que vê o que está na frente dele e se apaixona, o que pode ser entendido como volátil. Porém, vejo que ele se encanta. Quando olha para a Brisa, só existe ela no mundo. Mas, quando não está vendo, ela passa a existir um pouco menos", adianta.

ILUSÃO Durante a viagem, Ari conhece Chiara (Jade Picon). O filho de Núbia (Drica Moraes) vê nessa aproximação a chance de conseguir informações. Sua motivação é não deixar que o patrimônio histórico seja destruído. Ele tem a ilusão de que pode controlar a situação, mas se afasta cada vez mais de Brisa e de Tonho (Vicente Alvite), fruto do relacionamento deles.

"A relação que o Ari tem com a paternidade é bem diferente da minha. No momento em que a gente vai fazer um personagem, procura compreender sem julgamento, deixamos que o público faça isso. Fui atrás de entendê-lo. O fato de ele ser um pai assim ou assado abre portas sobre como a cabeça dele funciona."

FOTOS: FÁBIO ROCHA/GLOBO

Na novela que estreia em 10 de outubro, Ari (Chay Suede), Brisa (Lucy Alves) e Oto (Romulo Estrela) dividirão várias cenas

O professor Dante (Marcos Caruso) e o arquiteto Ari (Chay Suede), defensor do patrimônio histórico do Maranhão, em "Travessia"

Apesar de coantar com um período de preparação nos Estúdios Globo junto do restante do elenco, Chay destaca que a passagem da equipe pelo Maranhão foi fundamental em seu processo de composição. Enquanto gravava em São Luís, nos Lençóis Maranhenses e em Atins, observou de perto as pessoas da região.

"A ida ao Maranhão foi importante. Tivemos contato com uma realidade diferente da nossa e muitas dúvidas foram sanadas. A gente passeou bastante. O contato com as pessoas de lá e o ritmo do local foram professores para nós. Experiência essencial", conta

O último trabalho de Chay na televisão foi na novela "Amor de mãe" (Globo, 2019-2021), no papel de Danilo/Domênico. O ator observa que há diferenças entre o antigo e o novo personagem, mas que ambos se assemelham na relação de codependência com as mães. Em "Travessia", Ari busca a aprovação da progenitora, embora diga, inicialmente, que não precisa diss,o.

SEM LICENÇA "O fato de a gente ter parado de filmar 'Amor de mãe' e voltado foi especial, nunca vou esquecer. O Danilo/Domênico era subserviente à mãe. Já o Ari acha que não é, mas é um pouquinho, sim. Ele vai muito mais para a vida e acha que será bem-vindo, que pode conhecer outras pessoas. Não se envergonha de quem é e não pede desculpa nem licença", afirma. (Estadão Conteúdo)

As grandes características dele (do Ari) não se encontram em mim (...) Ele pode ser entendido como volátil. Porém, vejo que ele se encanta. Quando olha para a Brisa, só existe ela no mundo. Mas, quando não está vendo, ela passa a existir um pouco menos"

"A relação que o Ari tem com a paternidade é bem diferente da minha. No momento em que a gente vai fazer um personagem, procura compreender sem julgamento, deixamos que o público faça isso"

"A ida ao Maranhão foi importante. Tivemos contato com uma realidade diferente da nossa e muitas dúvidas foram sanadas. A gente passeou bastante. O contato com as pessoas de lá e o ritmo do local foram professores para nós. Experiência essencial"

Chay Suede, ator

PODCAST

Dalton Vigh, que interpreta Otto em "Poliana moça", no SBT/Alterosa, revela que sempre se questiona sobre a própria atuação. Ator explica como é interpretar um personagem por tanto tempo na telinha

Um crítico nos palcos e na TV

Dalton Vigh, que atualmente vive Otto em "Poliana moça", exibida no SBT/Alterosa, fez importantes revelações ao "PoliCast", podcast da trama infantojuvenil da emissora de Silvio Santos e disponiblizado no canal da novela do YouTube e nas plataformas de áudio, às terças, às 21h30.

Durante a conversa, o ator falou como é interpretar um personagem durante tanto tempo na TV, além de compará-lo com outros trabalhos e comentar sua bem sucedida trajetória nos palcos e nas telinhas.

Quando o assunto é o início de carreira no teatro, Dalton revela que começou sua trajetória tarde, aos 30 anos. De um desejo íntimo de ser ator, se tornou um grande profissional na arte cênica. Fez peças e gravou diversas novelas. Ele comenta sobre o tempo em que está interpretando o personagem Otto e a sensação de olhar para trás e observar outros trabalhos.

"A gente já está há tanto tempo (em 'Poliana'). Eu comecei a gravar em 2017, a gente ficou parado um tempinho na pandemia, mas é um bom tempo. Eu tenho boas lembranças. Tenho memória de todas as novelas que já fiz. Estava reprisando algumas novelas um tempo atrás e sempre me perguntavam: 'Como é se ver lá trás?'. Eu sempre sou muito crítico ao ver trabalhos que a gente está fazendo no momento. Por exemplo, 'Poliana', fico sempre analisando o que eu poderia fazer melhor", afirma o ator.

ROGÉRIO PALLATTA/SBT

Dalton Vigh afirma que cena de "Poliana" sobre a existência de Deus foi inesquecível

Segundo o ator, muita gente pergunta a ele como é fazer um personagem durante tanto tempo. "Eu falo que é quase fazer outro personagem, é o mesmo personagem em um outro momento da vida, depois de uma transformação, e para a gente que é ator é um prato cheio, porque você já tem uma base com o que trabalhar e só vai acrescentando umas mudanças", responde.

ELEGÂNCIA Em "Poliana moça", Dalton Vigh dá vida a Otto, reservado, discreto e elegante. Pai de Poliana (Sophia Valverde), filho de Glória (Clarisse Abujamra), irmão de Roger (Otávio Martins) e Marcelo (Murilo Cezar). Decidiu se abrir para a vida sentimental e vai bem, não é muito romântico, mas segue um relacionamento estável com Tânia (Ana Paula Valverde), uma escritora famosa. Sua empresa está no auge, grandes investimentos, inclusive com Sara. Destemido e confiante, continua no comando da Onze.

Na viagem que faz com Poliana à sua cidade de origem, revela alguns segredos do Pinóquio (João Pedro Delfino), esse acontecimento desencadeia uma série de fatos catastróficos com os quais Otto terá de lidar, como o furto do boneco e os impasses com seu irmão Roger. Roubado, sequestrado e testado, Otto teve toda sua inteligência e limites testados na saga para descobrir qual a parte do quebra-cabeça está mal encaixada, causando todo esse caos.

Para o intérprete, Otto mudou muito na primeira fase, em "As aventuras de Poliana", para a novela atual, principalmente quando o dono da Onze descobriu que Poliana era sua filha.

DEUS "Eu lembro de que em 'As aventuras de Poliana' a gente tinha umas discussões, que eu achava muito legal por sinal, sobre Deus. A Poliana supercrente, com muita fé em Deus, e o Otto supercético, quase ateu. Eu achava muito interessante abordar isso em uma novela, nunca tinha feito uma cena sobre a existência ou não de Deus, isso é uma coisa profunda, uma coisa legal trazer para as pessoas para cada um formar sua opinião em cima desse assunto que é tão importante para a gente. Isso também foi uma transformação para o Otto, acho que ele ficou encantado de ver aquela menina, aquela criança, já com uma opinião tão madura e formada de uma coisa que é tão bonita de acreditar, em algo que é maior que você, que você não enxerga e não vê, mas está lá", finaliza o ator.

CARREIRA

Sheron Menezzes de volta à Globo

Dois anos depois de encerrar o contrato fixo com a Globo, Sheron Menezzes volta à emissora em grande estilo.

A artista, de 38 anos, foi escolhida pela autora Rosane Svartman para viver a personagem central da próxima novela das 19h, "Vai na fé", prevista para estrear em janeiro de 2023.

"Será um trabalho com um pouco mais de responsabilidade, porque a protagonista meio que carrega a trama", diz ela, para em seguida fazer um carinho nos companheiros de set: "Em uma novela, ninguém constrói sozinho a história. Temos uma equipe maravilhosa."

Trabalho não faltou enquanto Sheron esteve longe da emissora, mais um motivo de comemoração. "Novelas, séries, realities... a vida agora é assim: a gente vai, a gente volta e vai de novo... O importante é ter oportunidades", reconhece a atriz, que atuou na série "Maldivas", da Netflix, e apresentou o reality show "Self-made Brasil", do Sony Channel.

"Vai na fé", que tem estreia prevista para janeiro de 2023, vai ser a primeira trama com temática gospel da Globo. Sol, a personagem de Sheron, é uma ex-funkeira que se converte à igreja evangélica, mas, depois de um tempo, decide retomar a carreira musical.

"Ela não perde a sua essência", diz. As gravações estão previstas para começar no final de outubro. (Ana Cora Lima, Folhapress)

RAMÓN VASCONCELOS/GLOBO

Na próxima novela das 19h, "Vai na fé", atriz viverá Sol, funkeira que vira evangélica

Feminino & MASCULINO

DESTAQUE

Mineira é finalista em importante prêmio internacional de moda sustentável, em Hong Kong, com aproveitamento de jeans

PÁGINA 4

LUXO & conforto

A shoedesigner mineira Paula Torres comemora dez anos de marca criando calçados e luxo com qualidade e conforto, e brinda a data com coleção especial para o verão 2023 e abertura de loja na Europa.

PÁGINA 5

PATRÍCIA ESPÍRITO SANTO

COMPORTAMENTO

"O que precisamos é refazer nossos conceitos"

>>patriciaesanto@uai.com.br

Lições de vida

Na maioria das conversas sobre adoção de crianças, alguém sempre coloca o perigo da possibilidade de a criança apresentar problemas mentais, neurológicos ou de outro tipo considerados indesejáveis. Essa acaba sendo a desculpa de muitos para não fazê-lo, como se qualquer ser humano não adotado estivesse isento de nascer ou desenvolver problemas ao longo da vida.

Ainda não aprendemos a lidar com o que se considera anormalidade, apesar de vermos tantos exemplos de pais, casais ou solo, que nos ensinam muito através do amor e da dedicação com a qual criam seus filhos com "deficiência".

É o exemplo de uma assistente social que conheci que trabalhou anos em uma instituição de apoio a crianças com comprometimentos neurológicos que, em determinado momento, se identificou muito com uma delas. Órfã, a menina encontrou ali uma mãe que a acolheu durante mais de uma década com amor incondicional que certamente contribuiu muito para o crescimento das duas como pessoas.

Como consequência, a sociedade toda evolui, mesmo que a passos lentos, pois são elas que movimentam os demais através de campanhas e reivindicações por melhores condições de vida para aqueles que muitos preferem ignorar por não saber e não querer lidar com o desconforto.

Certa vez, ouvi o relato de uma mulher que foi mãe com mais de 40 anos e, que, temendo que o filho nascesse com alguma deficiência, optou por fazer inseminação artificial na Rússia, porque, segundo ela, lá eles são especialistas em escolher os "melhores" óvulos ou os mais seguros.

O que precisamos é refazer nossos conceitos. Não sou ingênua em pensar que natural e facilmente uma pessoa escolhe ter filhos que já trazem uma bagagem pesada, porém mais ingênua eu seria se não acreditasse que qualquer um de nós pode exigir atenção especial irreversível a qualquer momento.

Se encarássemos as possibilidades com naturalidade, estaríamos mais preparados para os desafios que a vida nos reserva e saberíamos tratar melhor aqueles que nos são diferentes. Não com indiferença e muito menos como uma excepcionalidade que rebai- xa. Se soubéssemos aproveitar as lições que a vida nos oferece, viveríamos com mais leveza e aproveitaríamos melhor a riqueza da diversidade.

LÁ & CÁ

ISABELA TEIXEIRA

Skincare

Novidades na linha de tratamentos faciais da marca Quem Disse, Berenice? chegam com fórmulas para pele sensível, com oito tipos de ácido hialurônico. Multifuncionalidade, hidratação, reparação e preenchimento de linhas finas são alguns dos atributos do Sérum Facial Preenche Tudo e do Cremão Hidratante Repara e Acalma.

WALLACE CAVALCANT/DIVULGAÇÃO

No Rio

A mineira radicada no Rio de Janeiro Erica Rosa inaugura nova espaço na Gávea da sua marca ER e lança coleção com suas criações para festas e desenvolvimentos exclusivos para noivas e madrinhas. A designer cria a parir de croquis com proposta lúdica e feminina. Ela acaba de voltar de Florença, Itália, onde apresentou coleção cápsula "Amor".

Pedras mineiras

ARTOURO/ DIVULGAÇÃO

A ArtOuro, empresa do segmento de joias e pedras preciosas, lança a Coleção Origem, que traz no conceito a própria história da marca e sua fundação: um convite a um olhar mais cuidadoso para a própria história. Na parceria de mãe e filha, a marca ArtOuro nasceu com o propósito de lapidar as gemas com o mesmo carinho e respeito que a natureza usou para criá-las. A marca, fundada por Victoria Fiúza há 35 anos, tem à frente sua filha Manuela Soares. A coleção tem design minimalista, puro, atemporal, exaltando a beleza e a qualidade das pedras.

De juta

DIVULGAÇÃO

Resultado da combinação das melhores práticas socioambientais da Osklen e do Instituto-E em mais de 30 anos de experiência em desenvolvimento sustentável, a marca lança novos modelos do tênis AG | Amazon Guardians, desta vez produzidos com juta da Amazônia.Trata-se de uma matéria-prima natural e orgânica, produzida às margens dos rios amazônicos, que dispensa a utilização de agrotóxicos e fertilizantes. A fibra têxtil vegetal se tornou uma das principais atividades econômicas da região e tem a certificação internacional Fair Trade de comércio ético e justo. Durante o processo de desenvolvimento da fibra em tecido, são utilizados aditivos orgânicos e óleos vegetais que não geram efluentes. Além disso, quando descartada, a juta se decompõe completamente sem deixar resíduos ou danos ambientais em menos de um ano. O solado é feito com uma combinação inovadora e exclusiva, com cerca de 45% de látex natural extraído de seringueiras das regiões do Xingu e Tupi-guaporé.

VIDA INTEGRAL

Cocriador da realidade

Muito se questiona sobre a física quântica, mas já é mais do que comprovado tanto sua existência quanto sua eficácia. A força do pensamento positivo, o constante exercício de mentalizar no que quer e deseja atrai aquilo para si, da mesma forma que, quanto mais se pensa negativamente sobre algo, o negativo também vem. Se você não aguenta mais a realidade em que está vivendo, então está pronto para agir, e o momento certo é agora. Abra sua mente. "Cada um de nós pode escolher e materializar a própria realidade, seja ela qual for, inclusive para produzir riqueza, prosperidade, abundância e muito dinheiro."

"Somos arquitetos da realidade, designers dos próprios sonhos e projetistas siderais da existência"

"A experiência da vida é fantástica, incrível e revolucionária em todos os sentidos e complexidades. A cada dia, a cada amanhecer e pôr do sol, temos valiosos aprendizados, iluminações, insights mentais, inspirações emocionais e infinitas possibilidades quânticas para vivenciar diretamente da fonte da vida do Universo", diz Elainne Ourives.

Se você é uma dessas pessoas que estão prestes a desistir, achando que a lei da atração não dá certo, ou que acaba atraindo o contrário do que deseja, não perca as esperanças. Nem tudo está perdido. A escritora Elainne Ourives escreveu "Cocriador da realidade: Desperte o poder infinito que existe dentro de você", em que ensina o leitor como ir além da lei da atração e como se tornar um cocriador da realidade. Afinal, segundo ela, todos temos o potencial da cocriação.

A obra traz conceitos fundamentais da física quântica e da neurociência para que o leitor domine a relação entre mente consciente e inconsciente e faça o melhor uso de todas as ferramentas da cocriação.

Elainne Ourives intercala explicações teóricas com atividades, reflexões, exercícios de autoconhecimento e técnicas de meditação para que o leitor se torne apto a cocriar conscientemente tudo o que desejar.

Ela ensina como:

Elevar a própria vibração para cocriar uma realidade melhor do que a que está experimentando agora;

Sintonizar o campo quântico de modo a escolher os potenciais que deseja materializar em sua vida;

Reprogramar crenças empoderadoras e favoráveis à realização dos seus sonhos;

Acessar informações avançadas sobre a visualização holográfica, a mais poderosa ferramenta de cocriação da realidade, e usá-la estrategicamente para sintonizar os seus sonhos;

Cultivar o seu poder de holo cocriador para potencializar e conquistar tudo o que sempre desejou.

CONTATOS

NUMEROLOGIA E CABALA – O professor Lin dá cursos particulares de numerologia de nomes e numerologia hebraica. Corrigindo seu nome e alinhando sua assinatura, você entra em sintonia com a lei da atração, assim você terá acesso a tudo de bom que a vida pode lhe oferecer. Também ministra cursos de numerologia cabalística. Informações e agendamentos pelo telefone (31) 99621-2511.

ESSENCIAL SAÚDE – Terapias Integrativas oferece cursos de várias técnicas de terapia holística, como apometria, hipnose, magnetismo, reiki, radiestesia, Barra de Access. Informações: (31) 99529-4536 ou no site essencialsaude.com.br.

CURA E LUZ – Assim como o nome sugere, a proposta é que você encontre luz e cura na expansão do seu ser, e alívio ao corpo, mental, alma e energia, garantindo o seu equilíbrio existencial. Agendamentos pelo telefone (31) 99407-5256 ou pelo site curaeluz.com.br.

TERAPIA AYURVEDA – O Instituo EntreSer é especializado em terapia ayurveda, que é a ciência da vida e da longevidade. Os terapeutas Marcos Fonseca e Débora Nogueira unem essa terapia à ioga e meditação e tratam a pessoa pela ayurveda alimentar ou integral. Mais informações e agendamentos pelo WhatsApp (31) 99711-0151 ou pelo e-mail contato@institutoentreser.com.br.

TERAPIAS HOLÍSTICAS – A terapeuta holística Renata Moon aplica diversos tipos de terapias, atendendo online e presencialmente. Leitura intuitiva de arquétipos, uma forma inovadora de leitura de cartas com o objetivo de identificar cada arquétipo para traduzir o momento pelo qual o cliente passa. Ferramenta de autoconhecimento que visualiza bloqueios e soluções para qualquer área da vida. Reiki, terapia de cura mental, emocional e física através do reequilíbrio e harmonização dos principais pontos de energia do corpo pela imposição das mãos. Cura através de mandalas de velas que podem ser configuradas para diversos fins, como a saúde física, mental e emocional, e o equilíbrio energético. Fogo sagrado, técnica terapêutica que tem o objetivo de reintegrar o corpo físico, emocional e energético, trazendo equilíbrio através do resgate de energias que ficaram presas em dores e traumas. Leitura de tarô. Informações e agendamentos pelo telefone e WhatsApp (31) 98597-8885.

MAPA DE ARQUÉTIPOS – Desenvolvido pela psicóloga Luciana Diniz, é um método de levantamento de potenciais. Focado em consciência estratégica, utiliza a análise simbólica da astrologia sem misticismos, mas com sincronismo, conceito criado por Carl Gustav Jung. O Mapa de Arquétipos com foco vocacional responde à pergunta "Para o quê eu sou necessário?". São quatro sessões de até 1h30min. Informações (31) 99947-4967 ou no https://linktr.ee/lucianadiniz.psi.

feminino.em@uai.com.br
anna.marina@uai.com.br

ANIVERSÁRIO
DESCONTRAÍDO

A artista Regina Misk recebeu os amigos em sua casa na Pampulha para comemorar seu aniverário de 60 anos. A casa é um refúgio dentro da cidade, e a festa foi no amplo gramado, ao ar livre ao som de chorinho e samba de qualidade. Tudo muito descontraído, sem falar em política, apenas bate papo agradável de amigos queridos de uma vida. Marcado para começar às 17h, com certeza não teve hora para terminar.

JORNADA SOLIDÁRIA
ENCONTRO QUARTA-FEIRA

Será nesta quarta-feira, às 17h, a reunião das patronesses da Jornada Solidária Estado de Minas, suspensa desde 2019. As irmãs e sócias Bernadete e Maria Clara Duca receberão a presidente da Jornada, Nazareth Teixeira da Costa e suas convidadas, na sua loja Atmo, em Lourdes (Rua Felipe dos Santos, 531). O coquetel será para a entrega dos convites do Feijão Solidário, feijoada de grife do programa de responsabilidade social dos Diários Associados em Minas.

•••

O chef Eduardo Avelar é quem assinará a feijoada ao lado do buffet Célia Soutto Mayor. A dupla Eduardo/ Patrícia já estão criando 1001 novidades para dar ao tradicional prato um tempero especial e exclusivo. Isso sem falar nos tira-gostos. O Feijão Solidário será dia 29 de outubro, sábado, das 13h às 17h.

•••

A decoração está a cargo da Verde Musgo, de Juliana Couto Martins. Para beber só marcas premiadas: chope do Albano's, gin Sátira London Dry, cachaça e frozen Fazenda Gongo Soco, de Franklin Bethônico. A mesa de café conta com o café Beloto e a Casa Nicolau Café e com parceria de quitutes da Das Gemeas, de Cibele Coelho Novais e Mirele de Castro Veado.

BENEFICENTE
CASA LOTADA

Foi um sucesso o tradicional Chá Solidário da AMR, que retornou, este ano, à sua versão presencial, depois de dois anos sendo realizado virtualmente. O salão do Buffet Catharina estava lotado de mulheres, alegres pelo reencontro. Apesar das festas e casamentos já terem voltado, ainda não deu tempo de todo mundo se ver, e festa beneficente é uma ótima oportunidade porque reúne grupos mais ecléticos. Adriana Belizário e Bernadete Mendes recebiam as convidadas e as voluntárias trabalharam incansáveis para servir e atender todas as demandas. As mesas decoradas estavam lindas, e a cobertura sairá no próximo domingo, neste caderno.

VINHOS
E SUSTENTABILIDADE

No primeiro dia da ProWine 2022, principal evento para profissionais do vinho, realizado semana passada em São Paulo, o CEO da Família Salton – a mais antiga vinícola em atividade no Brasil e líder no mercado nacional de espumantes desde 2005 –, Maurício Salton, participou da mesa redonda sobre sustentabilidade. A vinícola desenvolve diversas ações que seguem o Pacto Global da ONU, entre elas: a diminuição de agroquímicos, a catalogação do solo, o manejo sustentável, a preservação de biomas, o inventário de emissão de gases de efeito estufa, garrafas aliviadas etc. Na feira eles lançaram três novos rótulos: Espumante Giornata, Salton Atos Branco de Maceração e Salton Paradoxo Riesling.

FOTOS: MANOEL BERNARDES/DIVULGAÇÃO

Paulo, Andrea, Manuel e Cristiane Bernardes

EXPOSIÇÃO
FLORES E MONTANHAS

Está em exposição no Espaço Niemeyer, no Salão de Festas do PIC Pampulha, a mostra Flores e Montanhas da artista plástica Bete Pimentel, o legado de cores de uma artista inesquecível. A exposição é uma homenagem póstuma da família Alves Pinto, que reúne outros artistas consagrados como o irmão Ziraldo. Segundo o irmão Zélio, Bete era a mais séria e bem-sucedida pintora da família. A exposição poderá ser visitada até 29 de outubro, de segunda a sexta, das 9h às 16h, e nos finais de semana, no horário de funcionamento do clube, mas não será permitida a entrada de pessoas em traje de banho.

MEDICINA
CASOS ESPECIAIS

Ivan Coelho Maciel lançou, na última terça-feira, seu novo livro "Memórias do Coração", no qual continua a contar relatos de casos interessantes de sua carreira como médico, de forma leve. É uma "extensão" do primeiro livro "Receitando Casos – histórias de um médico".

RETORNO
UP SHOWROOM

Depois de uma pausa durante a pandemia, a jornalista Heloisa Aline e suas sócias Patricia Avelar e Viviane Cota já marcaram a sexta edição do UP Showroom, que, desta vez será dias 3 e 4 de dezembro, no Salão Ouro do hotel Ramada Lourdes (antigo San Francisco Flat), contemplando, como sempre, as áreas de artesanato, decoração, design, moda e gastronomia.

LIVIA BARHUCH/DIVULGAÇÃO

Regina Misk com os filhos Rafael, Fábio e Eduardo Quick

FESTA
OS CAROLINOS

A irmandade Os Carolinos promove festa em homenagem a Nossa Senhora do Rosário, de 7 a 15 de outubro, durante a novena, na capelinha, no bairro Aparecida. Dia 15, serão levantadas as bandeiras festeiras, e, no dia 16, domingo, será a grande festa quando os Carolinos receberão outras Guardas de Belo Horizonte e região metropolitana. O evento é gratuito, aberto ao público. A Guarda Os Carolinos é centenária e reconhecida como Comunidade Quilombola, e já recebeu certificado pela Fundação Palmares.

CRIANÇAS
EM ALTA

Com a proximidade do Dia das Crianças, o mercado se volta para os pequenos. Uma das maiores autoras da literatura infantil brasileira, Ana Maria Machado, acaba de lançar três livros pela Global Editora: Dedo Mindinho, Um Gato no Telhado e O Segredo da Oncinha. Ótima forma de incentivar a leitura com qualidade. Ana Maria é artista plástica, formou em arte, foi jornalista. Em 2000, recebeu o prêmio Hans Christian Andersen, considerado o Nobel da literatura para crianças. Em 2001, recebeu da Academia Brasileira de Letras (ABL) – da qual foi presidente – o maior prêmio literário nacional, o Machado de Assis, pelo conjunto de obras.

CONCERTO
À LUZ DE VELAS

O Grupo DoContra apresenta o espetáculo "Concerto à luz de velas", na Sala Minas Gerais, dia 8, às 20h30. O premiado sexteto de cordas formado por dois violinos, viola, violoncelo, contrabaixo e violão, relembram sucessos da música mineira, na voz de Neto Bellotto, com arranjos exclusivos. Tudo em um cenário intimista à luz de velas. No repertório músicas de Flávio Venturini, Marcos Vianna, Lô Borges, Fernando Brant, entre outros. Os ingressos custam a partir de R$ 15 a meia entrada e podem ser adquiridos https://docontra.byinti.com/#/event/fhai4jKd8-B5S1x59Mor. Mais informações no instagram @grupodocontra.

ACESSIBILIDADE
E AMBIENTAÇÃO

A primeira edição do Visão Experience do Instituto Holofotes em parceria com a Casacor e Alumni Canadá foi um sucesso. O evento foi no Palácio das Mangabeiras, no espaço Cine Sentidos, um dos ambientes da mostra de decoração, e abordou o tema acessibilidade e ambientação. Liderado pela jornalista e vice-miss Brasil Janaina Barcelos – que é portadora de retinose pigmentar –, foi discutido a importância de trazer à tona o tópico sobre inclusão social, diversidade e design assertivo com a neuro arquiteta Alessandra Oliveira, da Luoda Arquitetura. O espaço ficou lotado e a noite foi impactante e de muito aprendizado.

Alessandra Oliveira e Janaína Barcelos

SURPRESA
CHANEL É INGLESA

Uma das notícias mais surpreendentes no circuito da moda internacional dos últimos tempos, acabou saindo nas páginas econômicas. Tudo porque a família Wertheimer, que é proprietária da marca Chanel (Madamoiselle Chanel vendeu parte da marca, ainda na década de 1930) transferiu a sede da empresa para Londres. Traduzindo: Chanel deixou de ser francesa e, agora, é inglesa. Em termos práticos, pouco muda – inclusive porque a holding que comanda esse império do luxo tem sede (imaginem, só) nas ilhas Caimã, no Caribe. Para perfumar tudo isso, só mesmo o imbatível Chanel No.5

VIRADA
CULTURAL

O Memorial Vale preparou uma programação muito especial para o Boa Noite Memorial, sua tradicional virada cultural. Serão 12 horas de evento, começando às 13h de sábado, dia 8, até a 1 hora da madrugada de domingo, dia 9. Entre Djs, música de vários estilos, baile, performance, teatro, dança, karaokê-sarau, oficinas e leitura dramatizada, já estão confirmadas as participações de Júlia Tizumba, Brisa Marques, Ílvio Amaral e Maurício Canguçu, Quilombo Ribeirão, Cia de Dança Mimulus e Grupo Maria Cutia. A mestre de cerimônia será a atriz, produtora e figurinista Lira Ribas. Ao todo serão 22 atrações gratuitas que atendem a todas as idades e gostos. Confira a programação no site www.memorialvale.com.

FILARMÔNICA
TEMPORADA 2023

Amanhã, às 20h, na Sala Minas Gerais, a Filarmônica de Minas Gerais lançará sua temporada 2023, ano que vai celebrar os 15 anos da Orquestra, e dará início à campanha de assinaturas. O anúncio, que também terá transmissão ao vivo pelo canal da Filarmônica no YouTube, será feito pelo diretor artístico e regente titular da Filarmônica, maestro Fabio Mechetti. No mesmo dia, será aberta a Campanha de Assinaturas, por meio da qual o público poderá adquirir, antecipadamente, ingressos para todo o ano de 2023.

OBRAS
RESTAURADAS

Depois de seis meses de trabalho, foi entregue a última restauração do Projeto de Conservação e Restauração das Obras Públicas de Amilcar de Castro: a escultura localizada nos jardins da Câmara Municipal de Belo Horizonte. O projeto começou em março, e foi viabilizado pelo patrocínio da ArcelorMittal via Lei Estadual de Incentivo à Cultura de Minas Gerais. Ao todo, nove obras do artista passaram por restauros e manutenção. Foram obras instaladas na praça Alaska, Parque da Gameleira, praça Carlos Chagas, jardins da Câmara Municipal, jardins do Museu de Arte da Pampulha, jardim do Ministério Público, jardins da Escola Professor Hilton Rocha, jardins da Infraero e no prédio da Universidade Pitágoras.

Martha Leão, Luciana e Mariza Corrêa e Dea Malard

NÔMADE
COQUETEL DE LANÇAMENTO

A família Bernardes recebeu, semana passada, clientes e amigos para o coquetel de lançamento da nova coleção de joias intitulada Nômade. O encontro foi na sofisticada Casa EPO, no Vale do Sereno, com sua bela vista. O bufê Fora do Comum se baseou nas quatro linhas da coleção para fazer o menu. A Nativa, inspirada na amazônia; jardins de Giverny e primavera em Paris, com referências francesas e Creta, com toques mediterrâneos. Cada espaço do local foi ambientado de acordo com os temas. Os detalhes encantaram a todos.

GUERRA
EXÔDO REPRISADO

A guerra da Rússia com a Ucrânia começa a respingar de forma mais contundente na América Latina. Depois dos ucranianos, agora são os jovens russos que correm para cá, fugindo da convocação obrigatória. No vizinho Uruguai, o assunto provocou até escândalo político, com figurões do governo envolvidos em falsificação de cidadania uruguaia, para facilitar a fuga dos perseguidos para o país vizinho. A história se repete: assim como fizeram muitos que fugiam de Hitler, agora fogem de Putin em direção aos pampas.

POR AÍ....

▮ Quem está feliz da vida, com dupla comemoração é a empresária Giselle Lopes. Ela e o marido e sócio Marco Antôni Guimarães estão completando 29 anos de casamento, e a sua loja Giselle Decorações acabou de receber da Hunter Douglas o prêmio "Mérito de Excelência em Vendas", em pleno período de pandemia.

▮ O bar Ofélia recebeu um presentão em seu primeiro aniversário de existência: foi escolhido um dos melhores bares do Brasil, em pesquisa da revista Exame. Comemorou as conquistas com tudo o que tem direito.

▮ O empresário Caito Maia, fundador da Chilli Beans, fez palestra semana passada no CDL-BH. Neste projeto já falaram Mário Sérgio Cortella, Sônia Hess, e Seu Elias (conhecido barbeiro da Capital). A próxima palestra será em outubro, com Rick Chesther. A iniciativa tem o apoio do Sebrae-MG.

DESIGNER MINEIRA

TRAMAS SUSTENTÁVEIS

MINEIRA SE DESTACA EM PRÊMIO INTERNACIONAL COM TRABALHO QUE TRANSFORMA CALÇAS JEANS

REDRESS/DIVULGAÇÃO

Coleção HeritageBlue

CELINA AQUINO

Já vimos de tudo com jeans. Mesmo assim, a designer mineira Lívia de Castro conseguiu surpreender o mundo. Única brasileira a chegar à final do prêmio Redress Design Award, em Hong Kong, a fundadora da marca Re.Trama recebeu elogios com o trabalho que dá um novo significado para calças jeans e mostra que a moda sustentável pode ser atrativa e desejada.

Lívia é de uma família que sempre reaproveitou retalhos. Seu avô paterno produzia tachos de cobre e com as sobras criava quadros. Já a avó materna a ensinou a fazer fuxico com retalhos de tecido. "Sempre gostei de guardar coisas que seriam descartadas e dar nova função. Por isso, me interessava muito pelo artesanato e pela sua capacidade de transformação."

A habilidade para desenhar roupas vem de pequena. Já na faculdade de moda, ela conheceu o Fashion Revolution, que surgiu em 2013, depois que um prédio em Bangladesh, onde pessoas trabalhavam de forma precarizada para marcas do mundo todo, desabou e provocou mais de mil mortes. O movimento global questionava o impacto da produção de roupas, desde a matéria-prima até a loja.

"Isso me interessou muito. Entendi que a moda precisava ser sustentável e que, se fosse para ser designer, queria trabalhar reaproveitando materiais."

De cara, ela escolheu o jeans. Não só pela disponibilidade, mas pelo desafio de surpreender com um tecido tão corriqueiro. "O jeans está muito na nossa cultura. Quis usá-lo, mas com uma leitura não básica, que trouxesse algo diferente e especial. Para mim, o que tem de mais especial é o feito à mão. O artesão que está lidando com o material coloca muito dele no que faz", destaca.

Na coleção apresentada ao fim do curso, Lívia começou a construir o que seria sua identidade. Transformou calças jeans em fios, usados para criar padronagens, texturas, como pied de poule e tricô. Com as sobras, ela passou a fazer brincos, que marcaram a chegada da marca Re.Trama ao mercado. Nos acessórios, usava pequenos retalhos, fios, zíper, botões e outras peças de metal das peças.

A Redress é uma ONG de Hong Kong que visa conscientizar para o descarte de resíduos da moda. Lívia participou da última edição do prêmio para mostrar seu trabalho com as tramas manuais de jeans. A coleção ganhou o nome de Heritage blue, que em português significa herança azul. "Queria criar peças que fossem passadas de geração para geração, e não mais uma peça dentro do armário. Que fossem marcantes e pudessem ser usadas em momentos especiais."

Desta vez, a designer optou por criar com o jeans padronagens de xadrez, que estão presentes em várias culturas e não saem de moda. Apostou no contraste entre as cores, do branco ao preto, passando pelos azuis, que são o grande destaque da coleção. No vestido, chama a atenção um azul bem vibrante. O xadrez também aparece vazado, unido por tiras mais largas.

De matéria-prima, eram, basicamente, calças (doadas e compradas em brechós) e fios de algodão. Lívia incorporou ao design várias partes das peças para gerar o mínimo de lixo possível. Todos os detalhes e acabamentos foram feitos com resíduos da própria coleção, em um trabalho manual bem minucioso. Ela queria mesmo surpreender.

As pernas foram cortadas e se transformaram em tiras para criar as padronagens de xadrez. Com a parte do meio que sobrava, num formato retangular, a designer criou efeitos diferentes: balonê na calça e evasê na saia. As presilhas por onde passa o cinto no cós viraram botões. "Não queria usar zíper nem nada metálico, então tudo é jeans", aponta Lívia, que usou tiras para fazer a amarração da calça e do blazer.

Até a "poeira" que sobrava no corte foi usada como enchimento da ombreira do blazer.

Lívia ficou entre os 10 finalistas do Redress Design Award 2022. Foi selecionada pelo júri, do qual fazia parte Orsola de Castro, uma das fundadoras do Fashion Revolution, que tanto a inspirou no início da carreira. A mineira recebeu elogios pelo design. Pela avaliação dos especialistas, ela conseguiu levar uma cara de alta-costura para as peças, tamanha a riqueza de detalhes manuais.

"Estou muito feliz com tudo isso. Achei interessante estar perto de designers criativos e pessoas que estão se movimentando para criar uma indústria sustentável."

Seus quatro looks (três físicos e um virtual) foram desfilados em Hong Kong, no mês passado, quando foi anunciado o vencedor do concurso. Federico Badini, da Itália, ganhou e, entre os prêmios, está o convite para lançar uma coleção com a marca norte-americana Timberland.

A revista Vogue de Hong Kong vai publicar este mês um ensaio com as roupas de todos os finalistas, que passam a integrar uma rede global de design sustentável.

REDRESS/DIVULGAÇÃO

FOTOS: JÚLIA LEGO/DIVULGAÇÃO

FOTOS: LUIZ GONÇALVES/DIVULGAÇÃO

Designer de moda Lívia de Castro, que foi finalista do maior concurso de moda sustentável do mundo, o Redress Design Awards 2022, em Hong Kong

LÍVIA DE CASTRO/DIVULGAÇÃO

COMEMORAÇÃO

VERÃO COM SABOR DE ANIVERSÁRIO

PAULA TORRES FAZ 10 ANOS DE MARCA COM VISITA EM TODAS AS LOJAS DO PAÍS PARA CELEBRAR E LANÇAR A COLEÇÃO DA ESTAÇÃO MAIS QUENTE DO ANO

FOTOS: GABRIEL BERDONCEL/DIVULGAÇÃO

Paula Torres tem um DNA definido: sapatos e acessórios de luxo, linha clássica com toques da tendência de moda, produtos de alta qualidade

Isabela Teixeira da Costa

A shoedesigner mineira Paula Torres escolheu Belo Horizonte como a primeira cidade para começar o tour de comemoração dos 10 anos da sua marca homônima. Formou-se em direito com louvor, depois fez psicologia por curiosidade. Paula amava moda desde a adolescência e sempre viu no sapato a peça principal de um look, e por isso a escolha em criar esse item que valoriza a mulher.

Seus pais nasceram em Maria da Fé, pequeno município no Sul do estado, pertinho de Itajubá, mas Paula nasceu em Passos, porque seu pai trabalhou a vida toda com energia, mais precisamente hidrelétricas, por isso a empresária já morou em várias regiões do país. Seu primeiro curso foi direito, na PUC-RJ, onde morava na época. Os pais se mudaram para o Sul, mas Paula continuou no Rio por causa da faculdade e foi lá que começou a mexer com sapatos, sua grande paixão.

Como a maioria dos jovens que precisam escolher cedo uma profissão para fazer vestibular, Paula estava "meio perdida". Já gostava muito de moda, mas tinha insegurança em entrar na profissão por não ter ninguém da família na área e ser para ela um mundo desconhecido. Optou pelo direito pela riqueza do curso e amplitude de temas e de conhecimento, e afirma que ganhou base e conhecimento para ser a empresária e empreendedora que decidiu ser e é até hoje. Muito estudiosa e empenhada, desde o início da faculdade começou a trabalhar em um grande escritório de advocacia e já no final dos estudos percebeu que se continuasse ali são seria feliz na sua vida, apesar de ser sempre muito dedicada.

Mas como começar na moda? Passou a visitar uma feira – que era muito forte na época – de acessórios para calçados, realizada em Novo Hamburgo. "Vinha gente de todas as partes do mundo para essa feira, era muito forte. Tinha todo tipo de maquinário. E componentes como solados, borracha, sola, etc. É preciso mais de 30 componentes para fazer um sapato. Por isso a produção de sapatos é tão difícil. Para fazer uma camisa, se você tem o molde, o tecido, linha, botão e uma máquina, você consegue. O sapato tem muitos componentes. Tem a sola, o que está entre a sola e a palmilha, o salto, o taco, o couro, a forma, tem que fazer a matrizaria. São muittas coisas. Quando está produzindo um modelo falta algum metal para a produção inteira, porque a metalurgica não entregou o metal", conta.

"Na visita à feira, conheci um modelista com a mulher, e eles me convidaram para ir em Sapiranga – onde eu produzo os meus calçados –, região no Sul do país onde tem todas as fábricas de calçados, conhecida como Vale dos Sinos. Diferentemente da região do interior de São Paulo, que também faz muito sapato, mas de esteira, que são grandes produções do mesmo modelo, tipo 5 mil pares iguais. No Sul, também tem grande produções, mas tem as fábricas menores que fazem um trabalho manual, em um processo mais artesanal. Visitei e passei a entender mais do processo de fabricação e me aventurei", relembra.

Desde que resolveu se aventurar na nova profissão contou com o apoio incondicional do pai. Paula conta que não foi fácil no início, porque o gaúcho é machista. Ela chegou com a intenção de fazer uma minicoleção de 20 modelos e produzir 15 pares de cada. Mas não paga nem a escala. E olhavam uma menina, nova, não queriam nem saber. "Até que encontrei uma pessoa que aceitou. Mas perdi muito dinheiro com isso, porque quando chegava uma produção grande, deixavam a minha de lado. É muito difícil começar, como em todo negócio."

Quando a coleção ficou pronta, ligava para as melhores lojas de roupa que tinham calçados e apresentava sua coleção. Elas escolhiam algum modelo, pediam para tirar da coleção e colocar a etiqueta da marca delas. Foi assim por algum tempo. Foi onde ela aprendeu a fazer sapato, desenvolvendo para outras marcas. Aprendeu, amadureceu, aumentou os clientes. Dos 15 pares de 20 modelos, a coleção cresceu para quase 100 modelos e a escala alcança um pedido de 2 mil pares de cada modelo. Após cinco anos de "escola", atendendo a marcas como Maria Bonita Extra, Animale, Agilitá, Le Lis Blanc, entre outras, a empresária, já casada e residindo em São Paulo, decidiu abrir marca própria, incentivada pelo marido.

Em 2013, nasceu a Paula Torres com um DNA definido: sapatos e acessórios de luxo, linha clássica com toques da tendência de moda, produtos de alta qualidade, primando pelo conforto, produção handmade, com estilo e personalidade. "Atualmente, somos divorciados, mas continuamos amigos e ele me ajudou tanto que, na separação, dei parte da empresa para ele e nos tornamos sócios. Ele cuida da área administrativa e financeira e eu fico com estilo e marketing", explica.

Geralmente, as peças Paula Torres se tornam queridinhas das clientes e algumas delas esgotam assim que chegam nas lojas, como a bota de neoprene, que se ajusta perfeitamente em todo tipo de perna. Segundo a empresária, nunca chegou nenhum exemplar na liquidação. O sucesso se deve à qualidade, à forração, o cambrê (curvatura) perfeito, a falta de costura, a qualidade da pelica, etc.

O VERÃO A intensidade da estação é refletida nas pessoas, no movimento e na moda. A luz do verão serve como inspiração para as criações cheias de atitude, onde o brilho é o grande protagonista. A coleção verão 2023 de Paula Torres carrega os cristais como elemento-chave, fazendo referência ao brilho solar. As aplicações estão presentes em vários modelos e ganham destaque extra nas clássicas sandálias e modernos scarpins.

Para além dos cristais, outros elementos ganham força, como os spikes e medalhas. O brilho segue forte através dos banhos de níquel e ouro, que reforçam a tendência, colocando ainda mais luz na coleção. Outra forma de interpretar o brilho está nas transparências, que trazem o retrô glam das décadas de 1980 e 1990, em modelos de vinil coloridos ou superfluidos, que aparecem nas rasteiras, sandálias de salto fino e até mesmo nas anabelas.

Como destaque de modelagem, entram em cena as gladiadoras, totalmente repaginadas, simbolizando força. Agora é a hora de trazer total protagonismo aos pés, com materiais trabalhados na profundidade, como é o caso do macramé, que passeia em várias modelagens e reforça o DNA handmade da marca.

Uma cartela de cores com neutros sofisticados é permeada por cores vibrantes, como o verde-esmeralda, o laranja e a serenidade do azul, em tons únicos que Paula Torres trouxe de sua imersão no Pantanal, que torna a coleção um tributo à vida, à natureza e à alegria de viver.

Nos 10 anos da marca, Paula Torres vai abrir sua primeira loja na Europa, em Genebra, em dezembro. As obras estão em andamento. Ela tem 10 lojas no Brasil e abriu seu e-commerce internacional (paulatorres.co) no meio da pandemia, com centro de distribuição em Miami. "Vendo muito bem nos Estados Unidos quando tenho preço. As americanas estão interessadas em marca e preço. Não tenho uma marca forte lá, tenho aqui. Mas a europeia – a alemã, a suíça – ela vê a qualidade do sapato e compra. Um banqueiro da Suíça que tem uma pessoa que sempre foi do mercado de moda veio ao Brasil, me procurou, fez essa proposta e fechamos contrato e vamos abrir em Genebra. Não é franquia, é concessão de uso da marca, como é aqui em Belo Horizonte com a Renata Boom; no Rio de Janeiro e em Ribeirão Preto, as outras são lojas próprias", diz Paula.

MILÃO

SOMOS ECO FASHION

MARCAS SUSTENTÁVEIS BRASILEIRAS DESFILARAM NA BRASIL ECO, NO SOCIETÁ UMANITARIA, DURANTE A SEMANA DE MODA DE MILÃO

Paralelo ao Milão Fashion Week foi realizado o evento de sustentabilidade Brasil Eco Fashion Week, no qual seis marcas brasileiras desfilaram as suas criações. A semana de moda sustentável é uma das ações anuais da plataforma Brasil Eco Fashion.

O evento, gratuito e aberto ao público, apresenta espaços temáticos e conteúdos educacionais e de inspiração, desfiles, workshop, showroom, rodadas de negócios, exposições, interatividade e atividades de empreendedorismo. Reúne também assuntos como cultivos orgânicos, certificações de materiais, consumo consciente, moda da Amazônia, biodesign, técnicas de upcycling, reciclagem têxtil, modelos de negócios para a moda circular e moda colaborativa, práticas de transparência, diversidade, ativismo, inclusão e comércio justo, inovação e tecnologias em prol da sustentabilidade.

Criado para fortalecer a cultura de sustentabilidade na moda e dar visibilidade a quem faz diferente, o Brasil Eco Fashion Week (BEFW) é um evento anual que promove as boas práticas de sustentabilidade no mercado e indústria da moda brasileira.

Também definido como uma semana de moda, e plataforma digital, o evento agrega cerca de 120 colaboradores, somados a dezenas de empresas envolvidas com o propósito de utilizar a moda como uma rede positiva e ferramenta de transformação.

No desfile do Ateliê Mão de Mãe, os estilistas Vinicius Santana e Patrick Fortuna se inspiraram na planta abre-caminho para levar um pouco da Bahia para as passarelas italianas em novas modelagens e reedições de peças de coleções passadas.

Meninos Rei, de Junior e Céu Rocha, reapresentam a coleção Meu Ori é minha voz, que faz reverência à ancestralidade exaltando a cultura e as expressões locais, com direito a patchworks de tecidos estampados, volumes localizados e uma alfaiataria carregada de DNA baiano.

Catarina Mina, em parceria com a cearense Olê Rendeiras, apresentou a coleção Maré e transformou as bolsas de crochê – seu carro-chefe –, em roupas leves e alongadas. O projeto criado pela estilista com a QAir Brasil é uma ponte entre as artesãs mestras da tradicional renda de bilro com o consumidor final.

O destaque no desfile da Libertees foi Maju de Araujo, que fez história mais uma vez ao ser a primeira modelo com sindrome de Down a desfilar no evento. As peças em tecido natural e tie die continuam nesta coleção. KF Branding se inspirou na importância dos 3Rs (reduzir, reutilizar e reciclar) com a coleção Reciclar, que destaca tecidos resistentes e de ótima qualidade que se tornariam resíduos em aterros sanitários.

Vestô, liderada por Najat Hassan, utilizou matérias-primas naturais e artesanais com tecidos orgânicos e sustentáveis com certificações.

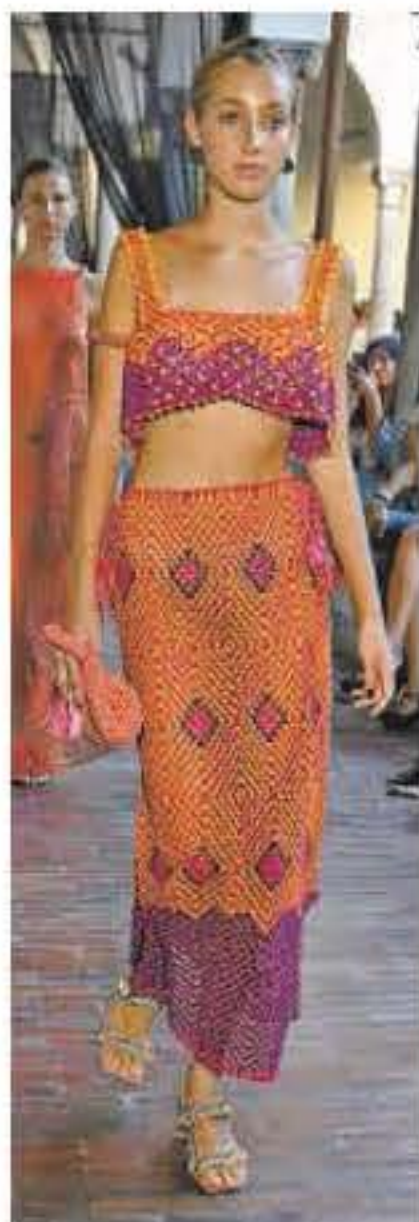
FOTOS: LUIGI GALVÃO/DIVULGAÇÃO

Meninos Rei

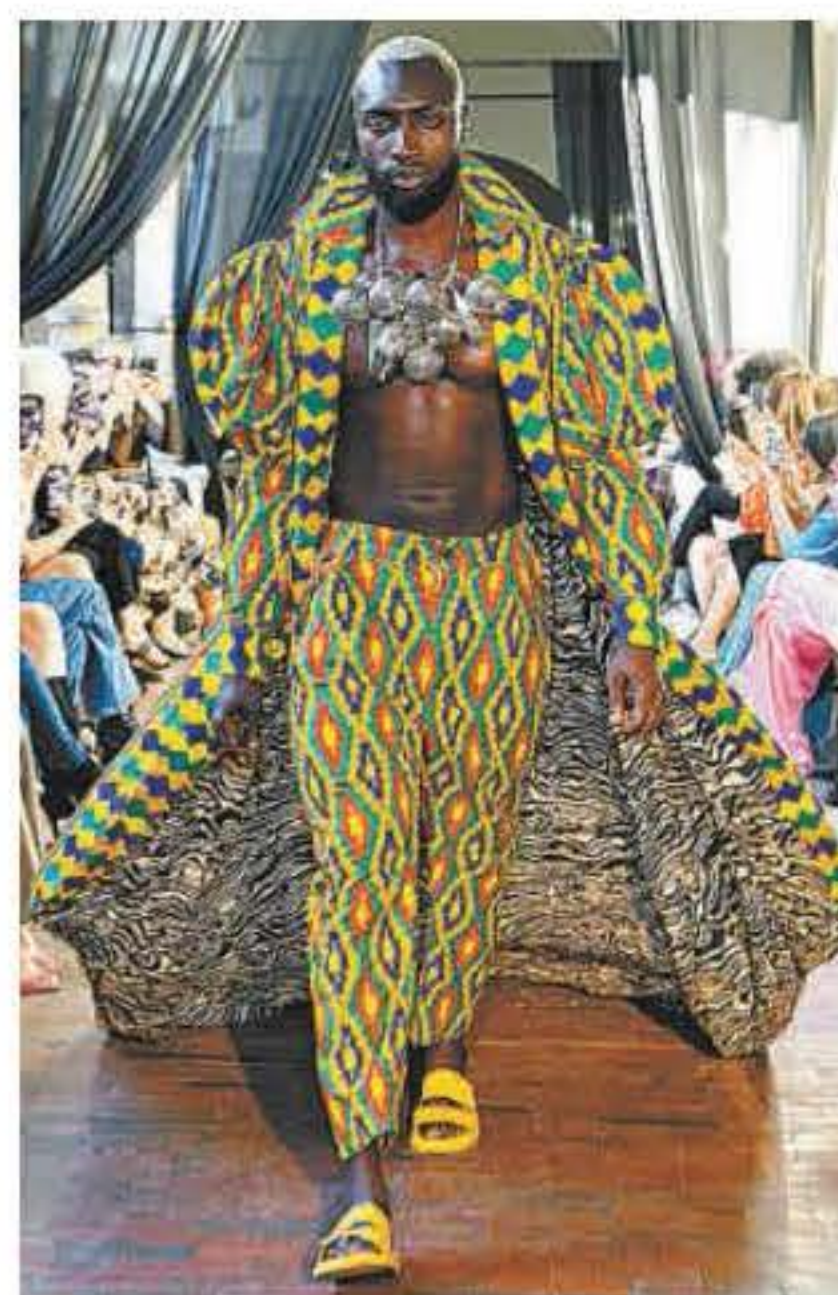
Libertees

Ateliê Mão de Mãe

KF Branding

Catarina Mina

Libertees

Catarina Mina

KF Branding

Meninos Rei

ARTE FINAL

E-mail para esta coluna:
carloscruz@uaigiga.com.br

EVENTOS E TURISMO LIDERAM INVESTIMENTOS EM PUBLICIDADE

As atividades que mais sofreram perdas no período de restrição na pandemia lideram atualmente o crescimento em investimentos na publicidade. Setores como turismo, esportes, artes e eventos sociais são agora os mais beneficiados pela reabertura econômica. A compra de mídia por parte do setor de entretenimento, por exemplo, que abrange cultura, lazer, esporte e turismo, foi de R$ 1,4 bilhão no primeiro semestre de 2022. Em comparação ao mesmo período do ano passado, houve 73% de aumento. O levantamento faz parte do Data Stories, conteúdo temático mensal da Kantar IBOPE Media - divisão da Kantar especializada em pesquisa de mídia.

RECUPERAÇÃO O crescimento foi impulsionado especialmente pela categoria de eventos sociais e culturais, cujo investimento na compra de espaços publicitários foi 406% maior do que em 2021. A categoria de viagens, a maior do setor, também cresceu cerca de 70%. É um alento, já que o setor de entretenimento foi radicalmente afetado pela pandemia da Covid-19. Agora, com a reabertura econômica, após meses de isolamento social, a estratégia para se aproximar dos clientes tem sido gerar experiências e memórias. Tanto que mais de 800 marcas promoveram eventos patrocinados na TV neste primeiro semestre. A Heineken, por exemplo, investiu R$ 5 milhões em dois bares na Cidade do Rock, durante o Rock in Rio 2022, além de criar um espaço de imersão multissensorial, unindo natureza e sustentabilidade.

MÍDIAS Mas nem só de grandes eventos são feitas as oportunidades. Com as pessoas nas ruas, sobem também as iniciativas de mídia Out of Home (OOH). De janeiro a junho de 2022, o volume de anúncios em plataformas como outdoors, busdoors e aeroportos foi de 31% a mais do que no mesmo intervalo do ano anterior. Faz todo o sentido: neste primeiro semestre, entre os respondentes que praticaram atividades de lazer, 41% dizem ter saído para beber, 37% para passear fora da cidade, 32% para dançar e 31% para shows e concertos musicais ou para exposições e teatros.

FUTURO O turismo, especificamente, tende a continuar sendo beneficiado com a suspensão das medidas restritivas, apoiada em um cenário epidemiológico mais favorável. Em agosto, por exemplo, com a Anvisa retirando a obrigatoriedade do uso de máscaras em aviões, 72% dos consumidores declararam que querem viajar e conhecer lugares novos, 62% pensam em ir ao exterior e 59% acreditam que férias de verdade devem incluir uma viagem. Os destinos nacionais continuam em alta: são os escolhidos por 77% dos respondentes com intenção de viajar, enquanto os internacionais por 23%.

PIXABAY/DIVULGAÇÃO

Depois da penúria no isolamento social, os eventos sociais voltaram com carga máxima

DIGITAL Outro estudo, realizado pelo IAB Brasil, associação que representa o mercado de publicidade digital, em parceria com a Kantar IBOPE Media, divulgou seu Digital AdSpend Brasil, que avalia o investimento em anúncios digitais na primeira metade de 2022. O documento mostra crescimento de 12% em comparação ao mesmo período de 2021.

O crescimento atinge a cifra de R$ 14,7 bilhões. O estudo aponta que mais da metade do total do investimento em publicidade digital se destinou às plataformas de mídias sociais (52%), search (29%) e publishers e verticais (18%). Quanto aos formatos, 36% dos investimentos foram direcionados a imagens (formatos estáticos e animados como banners ads, posts, gifs e etc.), 35% a vídeos e 29% a search (sites de busca).

IMPACTO ANUAL Sobre a expectativa de investimentos para o ano todo de 2022, 81% das agências e anunciantes questionados pelo IAB Brasil sinalizaram que os aportes devem aumentar neste período, enquanto 10% devem diminuir seus investimentos e 8% pretendem manter os mesmos valores. A pesquisa indica também que três setores concentraram mais da metade da verba em publicidade digital no período: comércio (25%), serviços (24%) e mídia (7%). E no top 5, além dos setores já citados, completam os de eletrônicos (7%) e o financeiro (6%) - este último, que no primeiro semestre de 2021 figurava em terceiro lugar, ainda se mantém entre os cinco principais no ranking.

Clique aqui para acessar o estudo completo Digital AdSpend Brasil - Primeiro Semestre de 2022.

CASA FIAT DE CULTURA EMPOSSA NOVO PRESIDENTE

A Casa Fiat de Cultura tem novo presidente. Massimo Cavallo, que está há 28 anos no grupo, acaba de assumir o cargo. Situada em Belo Horizonte, a Casa Fiat de Cultura é uma instituição já consolidada no mundo das artes, por sua pluralidade e por ser uma referência no Brasil na realização de grandes exposições. Massimo sucede no cargo a Fernão Silveira, que passou a ocupar nova posição na área de comunicação global da Stellantis na Holanda.

FORMATO HÍBRIDO Massimo Cavallo é graduado em Economia e Gestão de Negócios pela Università degli Studi di Torino, e tem formação na área de humanas e artes. Ele está delineando as diretrizes da nova programação da Casa para os próximos anos e adianta que os projetos serão pautados no espírito de brasilidade e de italianidade, sempre com atenção às questões do mundo contemporâneo e às transformações da sociedade. As iniciativas culturais e educativas trarão múltiplas linguagens e expressões artísticas, mantendo o formato híbrido como forma de promover experiências inovadoras e ampliar o acesso do público.

"A Casa Fiat de Cultura é uma expressão do compromisso da Fiat com o desenvolvimento humano, social e cultural da sociedade e é nosso objetivo continuar a apresentar ao público a melhor arte produzida no mundo, com temas que fazem conexão com a diversidade, a inclusão e a transformação. Continuamos a buscar e expor o que há de mais expressivo na arte mundial. Mas também estamos cada vez mais atentos ao que se produz em Minas e no país, sempre pesquisando as tendências da cena cultural contemporânea. É por isso que a Fiat, há 46 anos, está no Brasil produzindo mais do que carros. Estamos gerando encontros, conhecimento, cultura e desenvolvimento. E, sobretudo, paixão", destaca Massimo.

FIAT/DIVULGAÇÃO

O novo presidente é responsável pela área de Recursos Humanos e Transformação da Stellantis na América do Sul

POPCORN CRIA MUNDOS REAIS NA CAMPANHA DO COLEGUIUM

"Em qual mundo você quer viver?" é o tema da campanha criada pela Popcorn para o Coleguium.

Um mundo real onde sonhos ainda existem, mas que dependem das escolhas que fazemos agora. Esse é o fundamento da nova campanha publicitária criada pela agência Popcorn para o Coleguium Rede de Ensino, com 20 unidades educacionais em Minas Gerais (Belo Horizonte, Nova Lima, Lagoa Santa, Sete Lagoas, Conceição do Mato Dentro e Divinópolis) e uma no Pará (Carajás). Os anúncios, que começaram a ser veiculados neste mês, têm o conceito "Em um mundo de escolhas, uma escola para confiar" e incluem filmes de 30" e 15" em emissoras de TV aberta e fechada, spots em rádio, mídia on-line, mídia exterior, backbus e anúncios indoor em shopping centers.

PERSONAGENS O filme (https://www.youtube.com/watch?v=wXbHTrnKcaQ), peça principal da campanha, apresenta um cenário lúdico e pergunta: "Em qual mundo você quer viver?". Na sequência, o menino João, de 6 anos, identificado como veterinário, aparece ao lado de um urso de pelúcia e responde: "um mundo em que nenhum animal fique sozinho na rua". Teresa, uma "médica" com 8 anos, olha para um desenho em uma radiografia e afirma: "um mundo com mais cuidado". Já Bernardo, 12 anos, "engenheiro", enfatiza "que todo mundo tenha uma casa bem quentinha para morar", enquanto organiza e brinca com peças geométricas.

A última personagem é Ana, 16 anos, "CEO de startup", em um cenário com gadgets de realidade virtual: "um mundo conectado em que eu possa estar em qualquer lugar e perto de todo mundo". No encerramento, entra a locução: "O mundo em que seu filho vai viver depende das escolhas que você pode fazer hoje. Para todas as escolhas, Coleguium. Matrículas abertas".

PEÇAS Os demais anúncios mostram crianças e adolescentes diante de questões de múltipla escolha relacionadas a profissões (veterinário, psicólogo, médica, artista, engenheiro, mágico, gamer, CEO de startup) e a resposta sempre marcada é "Tudo o que você quiser". Na assinatura, o texto "Para todas as escolhas: Coleguium". O diretor de criação da Popcorn, Leo Sevaybricker, explica que, "passado o período mais crítico da pandemia, marcado por muitas angústias e incertezas, era importante um sopro de otimismo, valorizando as possibilidades de escolha que a vida oferece". "A campanha sugere aos pais e mães que a definição da escola certa permitirá que os filhos tenham ferramentas, lá na frente, para acessar o mundo onde eles quiserem viver", afirma.

O objetivo é também reforçar o posicionamento da rede de ensino como espaço para apoiar os alunos na preparação para a vida, local para desenvolver habilidades. "Ensinar é antes de tudo acolher e nosso grande propósito é formar pessoas conscientes, capazes de transformar o mundo", afirma a diretora geral do Coleguium, Daniele Passagli.

Há versões dos anúncios em inglês para divulgar as unidades Coleguium Internacional, que oferecem ensino bilíngue.

BRIEFING

INFLUENTE
A lista de pessoas mais influentes da América Latina, produzida pela Bloomberg Línea, plataforma digital líder em conteúdo de negócios e finanças, apresenta o CEO da Gerdau, Gustavo Werneck, entre as 500 pessoas selecionadas. A lista considera personalidades que mais se destacaram em 2022. A seleção foi feita pelo corpo editorial da Bloomberg, formado por jornalistas de vários países latinos. "Esse reconhecimento é motivo de orgulho e reflexo dos esforços para inovar em nossos negócios e utilizar nossa capacidade de transformação para mudar a realidade social nos países em que estamos presentes", comenta Gustavo Werneck. A lista conta com executivos e empresários de vários países e foi elaborada usando os critérios da criação de valor, promoção de ideias inovadoras e contribuição para o crescimento da economia na América Latina.

100 ANOS DO RÁDIO
O Palácio das Artes abriu suas portas para receber evento comemorativo do centenário rádio no Brasil. O encontro foi promovido pela Associação Mineira de Rádio e Televisão (AMIRT), reunindo representantes do mercado publicitário e amantes do rádio, que puderam observar como o veículo continua forte, atual e necessário. Durante a festa, cerca de 600 convidados receberam com exclusividade pesquisa inédita, solicitada pela AMIRT à Kantar Ibope Media, que mostra que o consumo de rádio em Minas Gerais continua bastante relevante. A Assembleia Legislativa de Minas Gerais também realizou sessão solene em homenagem aos 100 anos do rádio no Brasil. O presidente da AMIRT, Luciano Pimenta Corrêa Peres, foi o homenageado com placa comemorativa. A reunião contou com a presença do deputado Glauco Franco, autor do requerimento da sessão especial; do presidente da Associação Brasileira de Emissoras de Rádio e Televisão (Abert), Flávio Lara Resende; e do presidente da Associação Mineira de Propaganda (AMP), José Luiz da Silva Bordel.

MERCADO DA MODA
Empreendedores do mercado da moda em Belo Horizonte que desejam profissionalizar seus negócios podem se inscrever para o Trend Connection - evento que será promovido pelo Sebrae Minas no dia 19 de outubro, na sede da instituição na capital. As inscrições podem ser feitas no site do evento (https://lets.events/e/trend-connection-belo-horizonte/). A programação inclui temas como a importância do branding (ações alinhadas ao posicionamento, propósito e valores da marca) para a empresa e como ele pode influenciar nos resultados do negócio; estratégias para promover a marca no Instagram; cenários e perspectivas para a moda; desafios enfrentados por mulheres empreendedoras, além da apresentação de cases de sucesso. Em Minas Gerais, o setor de moda reúne atualmente 7.238 empresas - 13,4% do total nacional -, que respondem por 10,6% dos empregos mantidos pela atividade no país. Os dados são do Registro Anual de Informações Sociais (Raiz) do Ministério da Economia e se referem ao ano de 2020.

PERFIL DO CRÉDITO
Pesquisa da Fenech SCF Brasil revela perfil do público tomador de crédito no Brasil. De acordo com os créditos concedidos no primeiro semestre de 2022 pela plataforma da SCF Brasil, o público é formado por pouco mais de 33% de jovens entre 21 e 30 anos, seguido por 24% entre 18 e 20 anos, e quase 23% na faixa entre 31 e 40 anos. O objetivo da pesquisa é tornar o crédito acessível tanto para pessoas físicas quanto pessoas jurídicas e contribuir para a realização de sonhos e impulsionamento de negócios, segundo a SCF Brazil. O grupo que menos solicitou crédito foi entre 61 e 70 anos, representando apenas 3% do total. Já com relação ao tipo de crédito, o campeão das solicitações foi o acesso à carteira de motorista (CNH Finance) com 80,78%. Estética, empréstimo consignado e odontologia ficaram abaixo dos 10%.

DIÁLOGO DA BELEZA
A nova campanha do Boticário, Make B., linha dermomake, anuncia o lançamento de produtos para rosto e batons inéditos, que são refiláveis - - o que torna a marca pioneira em solo brasileiro a produzir esse diferencial de refil para o item. Para comunicar as novidades, a marca aposta em uma campanha que dialoga com a consumidora sobre as muitas escolhas do dia a dia mostrando que seus itens são a escolha óbvia para quem procura produtos que entregam ativos e tecnologia junto com a beleza. O filme apresenta o novo portfólio de Make B. e mostra que seus itens são a escolha óbvia para quem procura produtos que entregam ativos e tecnologia além da beleza Make B. Segundo estudo realizado pela Cornell University, fazemos ao menos 30 mil escolhas diariamente. Partindo dessa narrativa, o filme ressalta que o produto pode aliviar pelo menos uma dessas escolhas, afinal, seus itens oferecem mais do que apenas maquiagem - é maquiagem que trata, tratamento que maquia.

PAUTA ESG
A segunda edição do Piquini Talks, série de entrevistas com expoentes do mundo corporativo e da Comunicação, acontece nesta terça-feira, com o "Pauta ESG nas empresas: mito ou realidade?" O tema será apresentado por André Menezes, sócio-fundador da Baanko. Para acompanhar, basta realizar sua inscrição gratuitamente pelo link https://materiais.piquini.com.br/piquini-talks. A transmissão será realizada pelo canal da agência no YouTube: piquinicomunicacao. ESG é a sigla em inglês para Environmental, Social and Governance, que resume o conceito no qual as empresas, para assegurarem sua perenidade, devem medir e diminuir o impacto de suas atividades no meio ambiente, devem ter preocupação social, com respeito à diversidade, à equidade e à inclusão, e serem éticas, respeitando normas de governança. O evento faz parte das comemorações de 10 anos da Piquini Comunicação Estratégica.

CONTRA O RACISCO
No amistoso da Seleção Brasileira antes de embarcar para a Copa do Mundo, no qual o Brasil enfrentou a Tunísia, no Parc des Princes, em Paris, a partida foi marcada pela ação "Sem estrelas", desenvolvida pela agência África, contrata do Itaú e CBF, durante a execução do hino nacional. Os jogadores entraram em campo com uma tarja escondendo as cinco estrelas que o país carrega na camisa pelos seus títulos mundiais. Com isso, o Itaú deseja levantar o debate sobre o papel dos jogadores negros na história do futebol brasileiro e como, sem eles, esses títulos não poderiam ter sido conquistados. Além disso, os titulares posaram em frente a uma placa que dizia "sem os nossos jogadores negros, não teríamos estrelas em nossa camisa". O jogo, no entanto, foi marcado por mais um episódio de racismo durante a comemoração do gol marcado por Richarlison. Uma banana foi arremessada no campo pela torcida, o que provocou indignação. No amistoso anterior, a Mastercard, outra patrocinadora da CBF, também aproveitou para levar mensagem que reforçava seu compromisso com os jogadores e com a identidade nacional. Os jogadores entraram em campo com uma faixa, que trazia a assinatura "Celebrar como brasileiro não tem preço", para enfatizar a cultura e personalidade brasileiras e reforçar o compromisso com o País.

ENTREVISTA/**ROGÉRIO FERNANDES**

50 anos, artista visual

Piauiense colore BH com pinturas que carregam o traço característico do cordel

CELINA AQUINO

MOVIDO pela paixão

Enquanto conta sua história, Rogério Fernandes desenha sem parar. O artista é daquelas mentes criativas que não desligam nunca, mesmo. Diz que as ideias surgem a todo instante (até quando está dormindo) e ele só sossega depois de riscar um papel, tela ou qualquer outra superfície. De origem nordestina, Rogério escolheu viver em Belo Horizonte e, há quase duas décadas, vem colorindo a cidade com desenhos que fazem referência direta aos cordéis, com contornos marcantes em preto. O mais recente trabalho, a fachada de uma casa no Bairro Santa Lúcia, combina a figura feminina de cabelão, que virou sua marca registrada, com flamingos em um fundo azul. Nesta conversa, em que revive sua trajetória, o artista avisa que está pronto para novos desafios e revela o desejo de pintar o Cristo Redentor, no Rio de Janeiro, e o maior silo de soja do mundo, que fica no Mato Grosso.

PEDRO VILELA/DIVULGAÇÃO

Fale sobre as suas origens nordestinas.
Sou filho de um pernambucano com uma maranhense. Nasci no Piauí. O meu pai era empreiteiro, estava sempre mudando e cada filho nasceu num lugar. Cheguei a BH com nove meses. Sou o mais novo de quatro irmãos. Foi quando ficamos mais tempo numa cidade. Sempre tive contato com a vida nordestina. Passava todas as férias no Nordeste, uma parte em Pernambuco, outra parte no Maranhão, nas casas dos meus avós. Morei em BH até os 8 anos. Depois, fomos para Mauritânia e Marrocos, na África. Voltamos para cá quando tinha 12 anos. Nisso, meus irmãos, que estavam na época de fazer vestibular, ficaram em BH e eu continuei viajando com os meus pais. Moramos no Sul, São Paulo, Brasília. Era, no máximo, um ano em cada cidade. Para mim, isso era normal. Chegava ao local e sabia que não ia ficar muito tempo. Não criava uma identificação com a cidade, então era muito ligado à própria família e à cultura nordestina. Dizem que nordestino sai do Nordeste, mas o Nordeste não sai do nordestino. Isso é uma realidade lá em casa, desde culinária, música, arte, os meus pais eram muito ligados à cultura popular nordestina e bebemos muito nessa fonte desde criança.

De onde vem o seu interesse pela arte?
Desenho desde criança. Era algo que me acalmava muito. Sempre fui o famoso menino "atentado" e a minha mãe providenciava tudo para me acalmar. Imagina, eram quatro filhos em casa. Então, sempre tinha à mão giz de cera, lápis, papel. Nas férias, gostava de fazer cursos livres de pintura. Sempre pintei muito com guache, papelão, tela, o que tinha à mão. A minha família respirava muita arte. A minha mãe era bordadeira e tocava piano. Apesar de ser engenheiro, o meu pai já tinha sido alfaiate e barbeiro, então sempre mexeu com um pouco de arte. Meus irmãos desenhavam também, mas fui o único que despertou para as artes visuais.

Você começou sua carreira em agência de publicidade. Já não pensava em ser artista?
Naquela época, era inconcebível ser artista plástico. Comecei a trabalhar em agência com 16 anos. Não existia computador, era tudo feito à mão. Sempre desenhei rápido e desde cedo tinha conhecimento do que era design, tipografia, tipologia, logomarca. Para mim era a melhor coisa do mundo ser pago para desenhar. O pessoal tinha que me mandar embora da agência. Era o primeiro a chegar e o último a sair. Sempre fui workaholic. Isso foi antes de entrar na faculdade, com 17 anos. Lá na agência, me falaram: 'Por que você não faz design?'. Se fosse por mim, jamais saberia que existia faculdade de design. Sempre quis trabalhar por minha conta e acho que tudo isso foi contribuindo para a minha formação como artista. Minha mãe me falava para arrumar um emprego fixo. Cheguei a fazer concurso para o Banco do Brasil e Caixa, mas não aguentaria trabalhar em banco. Sempre questionei muito essa ditadura social de ter que escolher uma profissão que dá dinheiro. Como se você não tivesse que lutar. Para ser bom médico ou advogado, você tem que estudar muito. Na arte é a mesma coisa. Para ser um bom artista, você tem que se dedicar muito. Gosto de citar a seguinte frase: arte não é profissão, é um modo de vida. Artista não tem chefe nem bate ponto. Trabalha 24 horas por dia. Hoje meu ateliê é em casa, o que me facilita muito. Na verdade, a casa toda é o ateliê. Tem papel e tinta espalhados por todo lugar. Às vezes, acordo de madrugada, desenho rapidamente e volto a dormir. Nada me incomoda mais do que uma ideia na cabeça. Enquanto não jogo para fora, no papel ou tela, não me tranquilizo. As ideias brotam aos borbotões e vão se acumulando. Aprendi a colocá-las em caixas e ir tirando aos poucos. Não acredito muito nessa história de inspiração. Cada um tem uma forma de trabalho, mas, para mim, quanto mais desenho, mais tenho ideias. Minha cabeça não descansa nunca. Você vai ficando mais velho e vai adquirindo algumas manhas do processo criativo, mas sempre estou com ideias na cabeça. Queria não precisar dormir.

Em que momento você se assumiu artista?
Sempre fui multidisciplinar. Me formei em design e artes plásticas. Trabalhava em agência, mas não ficava quieto. Arrumava trabalho freelancer de ilustração para fazer. Meu grande mecenas fui eu mesmo. Investi no meu lado artista com o meu próprio dinheiro, por isso segui carreira solo, sempre fui muito independente. Tentei trabalhar com galerias, mas não conseguia lidar com o ritmo do povo, me dava nervoso. Sempre fui workaholic e fui galgando posições melhores nas agências. Já estava em São Paulo, onde morei por 15 anos, quando me casei com uma mineira, por coincidência. Artista plástica e designer como eu. Em determinado momento, ela voltou para BH e eu vim junto. Nessa época, estava ganhando mais com ilustração e pintura do que com agência. Mais ou menos 60% da minha vida era custeada pelos trabalhos artísticos. Cheguei com um monte de aquarela e gravura. Fui um dos primeiros artistas a fazer site e colocar meus desenhos à venda. Paralelo a isso, aluguei um espaço que virou galeria-ateliê. Como não trabalhava mais em agência, tinha tempo livre e eu mesmo atendia os clientes. Nenhum artista fazia esse tipo de coisa na época. Pela minha vivência em agência, era natural para mim o próprio artista vender seu trabalho. Muito melhor que marchand ou galerista. Sempre acreditei muito na venda on-line, vi a internet nascer. Não que eu ache que a galeria de arte não tenha sua importância, mas sempre fui muito topetudo e resolvi fazer carreira solo.

O seu trabalho carrega referências do cordel. Isso tem a ver com a sua origem nordestina?
Até então, era ilustrador e fazia desenhos realistas. Não tinha um estilo próprio. Ficava enveredando por várias técnicas. Gostava muito de aquarela e gravura. Nas viagens, todo mundo tirava foto e eu não, sempre pintava os lugares, as cenas. Até hoje, levo meu caderninho para o bar e fico desenhando as pessoas, meio voyeur, e vou guardando. Já perdi muitos que mofaram, mas tenho mais de mil cadernos de desenhos guardados. Quando voltei para BH, tinha muita coisa inspirada no cordel, a maioria serigrafia. Tinha feito pós-graduação em gravura e impressão na Central Saint Martins, em Londres, e a minha tese era sobre o movimento cordelista armorial. Escolhi pela minha origem, sim. Meu pai gostava de ir à feira de Caruaru, em Pernambuco, e comprava cordel de todo mundo. Chegava em casa com aquele tanto de desenhos, às vezes repetidos, só mudava a cor. Eu adorava, ficava lendo tudo. Depois, fui entender que o movimento cordelista tem inspiração no realismo fantástico. Ariano Suassuna é um grande expoente. A nossa família era vizinha da casa dele, em Recife. Cheguei a vê-lo algumas vezes, sentado numa cadeira de balanço, mas nunca chegava perto, tinha medo. Sempre gostei do traço preto marcado e até hoje isso está muito presente no meu trabalho.

> 'O prédio do Grupo Corpo foi um marco na minha carreira e na cidade. Não existia nada disso até então. A arte de rua era marginalizada e os grafiteiros faziam tudo escondido, à noite, embaixo do viaduto'

Quando você começou a pintar muros?
Pintava as paredes de casa quando era pequeno e sempre pintei as paredes dos meus ateliês para decorar. Ainda não trabalhava com spray. O Paulo Pederneiras viu a pintura no muro do meu ateliê, no Sion, e falou que queria pintar o prédio todo do Grupo Corpo. Na hora, arregalei os olhos, nunca tinha feito isso na vida, mas não falei nada. Muito topetudo, aceitei. Como sempre na vida, quando tenho um desafio, vou pesquisar para saber como executar. Fiz na cara e na coragem. Pintei tudo na trincha, eu e um ajudante. Gastamos 40 dias. Queria mostrar um balé dos animais, vegetais e dos homens. Que todos estivessem em harmonia, como se fosse uma dança. Fiz em preto, branco e laranja. Isso vem da gravura, uma coisa bem minimalista, não gostava de muitas cores. O prédio do Grupo Corpo foi um marco na minha carreira e na cidade. Não existia nada disso até então. A arte de rua era marginalizada e os grafiteiros faziam tudo escondido, à noite, embaixo do viaduto. Logo depois, fui convidado pela prefeitura para fazer a mesma coisa no CentoeQuatro, onde teria o Fórum Internacional de Dança (FID). O prédio estava todo pichado. O pessoal ia pintando de branco e eu ia pintando atrás, usando os mesmos andaimes deles. Minha inspiração veio muito da peça "Romeu e Julieta", do Grupo Galpão. Lá tinha uma bailarina em cima de um elefante com um guarda-chuva de bolinhas roxas e um bailarino com a perna alongada parecendo perna de pau. Tinha também uma sereia com cauda de flor de lótus voando e puxando pela mão outra sereia meio mergulhada no asfalto. Pintei tudo no pincel, em 30 dias. Até hoje as pessoas comentam sobre esses desenhos, mesmo não estando mais lá.

Como você se sente colorindo a cidade com os seus desenhos?
Isso para mim é muito gratificante. Não tem nada melhor para um artista do que ser reconhecido pelo seu trabalho, ainda mais quando não precisa nem assinar.

Qual é o seu trabalho mais recente em BH?
Acabei de pintar uma casa de três andares no Santa Lúcia, onde vai ser um coworking. Como lá a temática é feminina, fiz um fundo azul-turquesa com vários flamingos voando e uma mulher com o cabelão característico. Essa figura feminina surgiu quando pintei a fachada do Grupo Corpo. Fui ver uma peça com o Paulo Pederneiras e me marcou muito uma cena em que a bailarina rodava o cabelo. Aquilo ficou na minha cabeça. As sereias do CentoeQuatro também tinham cabelão e isso nunca mais saiu da minha vida. Sempre gostei muito do mundo feminino.

Você começou com desenhos só em preto e branco e hoje suas obras são bem coloridas. Como é a sua relação com as cores?
As minhas obras são coloridas, mas as pessoas continuam brancas. Mantive uma fidelidade ao cordelismo. Outro dia, uma pessoa me acusou de racismo, mas não tem nada a ver. Meu estilo é assim. Cordel só tem uma cor, a preta, e o fundo do papel é branco. Gosto de cores vivas para fazer contraponto ao preto e branco. Ultimamente, tenho feito trabalhos diferentes, como uma série de pinturas com ipês de BH, onde uso menos preto. Ficar preso a um estilo é bobagem. Faço muita aquarela, que são bem diferentes dos grafites. A técnica dita muito o que fazer. Todos os pintores tiveram variação de estilo. Picasso teve a fase do azul, depois do cubismo. Acho um erro grande sempre querer fazer tudo igual. Na academia, fala-se em maneirismo. Artista tem o direito de se reinventar, de não fazer sempre o mesmo.

Em qual fase você está?
Acho que estou sempre numa fase de transição, entre uma coisa e outra. Tenho muito do universo feminino, o onírico sempre vai existir, mas sempre estou pintando coisas diferentes. Vida de artista é sempre essa, tentando se reinventar e se conectar com coisas que nunca fez. Estou numa fase de esculturas de parede em MDF cortadas a laser e pintadas à mão. A primeira série se chama "Fluidez dos sentimentos". Então, para falar disso, não pode ser nada quadrado ou retângulo. Tudo é muito orgânico. Depois podem vir esculturas em 3D. Os desafios sempre me levam a resultados diferentes. Isso para um artista é muito bom. Meu maior prazer é me desafiar.

Seu trabalho está em papéis, telas, paredes, muros, prédios, esculturas e até postes. Qual superfície você ainda tem vontade de pintar?
Sempre gosto de fazer coisas fora do lugar-comum. Tinha vontade de pintar o Cristo Redentor. Lógico que faria uma coisa ligada ao cristianismo. Não faria nada profano, até porque respeito muito as religiões e sou um cara ligado à espiritualidade. Uma vez, fiz um trabalho que me emocionou muito. Eram os 14 passos da via-crúcis de Jesus em aquarela. Me emocionei tanto que falei para o cliente: 'Algumas dessas aguadas são minhas lágrimas'. Pintava e as lágrimas iam pingando na tinta. Talvez seria interessante fazer a via-crúcis no Cristo Redentor, da base até chegar ao coração dele.

O que o faz se levantar todos os dias e pintar?
Tenho muita necessidade de produzir e de deixar um legado. Acordo com muitas ideias, já levanto da cama pronto para pintar. Pinto até sonhando. O que me move é a paixão. Isso é meio clichê, mas não dá para ter uma resposta diferente. A partir do momento em que levantar for pintar para ganhar dinheiro, acho que morri para a arte. É algo romântico, poucas pessoas entendem, mas essa é a verdade.

Sobre o futuro, o que você pensa?
Quando você vai ficando mais velho, vai pensando mais no futuro. Não pensava muito, hoje penso. Meu objetivo é morrer trabalhando, de preferência com pincel na mão. Até lá, quero ter saúde para trabalhar. Estou pronto para desafios. Outro dia, vi uma matéria falando que o Mato Grosso tem o maior silo de soja do mundo e fiquei com vontade de pintar esse silo. Seria maravilhoso contar a história da agricultura, do povo brasileiro, dos escravos, indígenas.

BH é o lugar onde você quer envelhecer?
Tenho vontade de sair, mas ainda não sei para onde. Talvez voltar para São Paulo. Meus filhos estão na fase da adolescência, então minha presença continua na vida deles é importante. Quando eles começarem a fazer faculdade, vou ficar mais livre para ir para outros lugares.

Especiaria do restaurante Trilhas da Capivara, na comunidade Sítio do Mocó, o creme de repolho tem textura parecida com a do estrogonofe e pode ser servido como patê ou acompanhar a comida

FORÇA DO SERTÃO NO PALADAR

MISTURA BEM TEMPERADA, NO SUDESTE DO PIAUÍ, FAZ UM PRATO CHEIO DE HISTÓRIAS SABOROSAS

Gustavo Werneck

Coronel José Dias (PI) – Ao redor do almoço, são contadas muitas histórias do sertão: lembranças de pessoas, segredos das plantas, casos de antigamente, costumes dos bichos, mistérios dos caminhos e da fé mais apaixonada, sobre a caatinga que, em tempos de chuva ou seca, parece um grande espelho da cultura regional. Estou em Coronel José Dias, no Sudeste do Piauí, porta principal de acesso ao Parque Nacional Serra da Capivara, o magnífico conjunto de formações rochosas reconhecido como Patrimônio Mundial onde se encontra o maior conjunto de pinturas rupestres do planeta.

"Fico bem aos pés da Serra da Capivara. Aqui de casa dá até para ver a onça", brinca a moradora da comunidade Sítio do Mocó Paula Alves de Sousa, proprietária do restaurante e pousada Trilhas da Capivara. Diante do espanto do repórter, que pensou imediatamente se tratar de uma escultura na praça, ela tranquiliza sobre o felino que vive na região: "Não se preocupe, não! Já estamos acostumados com a onça, e ela convive bem com a gente".

Nascida e criada no Sítio do Mocó, o nome do roedor que se protege entre as pedras na fenda das rochas, Paula tem dito que aprendeu a cozinhar, ainda criança, com a mãe Mariana dos Anjos de Sousa, falecida no ano passado aos 91 anos. "Gosto de fazer comida caseira e servir la sempre quente."

COR E TEXTURA Entre as delícias da culinária da piauiense Paula, estão um saboroso creme de repolho, variação do creme de galinha, prato muito comum nas refeições diárias, festas de rua e feiras.

Com textura e cor que se aproximam das do estrogonofe, o creme de repolho vai bem como acompanhante de carnes, no almoço e no jantar, e até mesmo como um patê sobre a torrada na hora do lanche. "O segredo está na finalização ao acrescentar o milho ao repolho", ensina Paula, que tem um canteiro de hortaliças no quintal e se orgulha do cultivo em área do semiárido nordestino.

Disposta a inventar comidas diferentes e sempre priorizando as características regionais, a dona do restaurante criou o prato ao substituir o frango pelo repolho. "É bom, bom! Você gostou?", pergunta a filha Juliana, que ajuda Paula no atendimento aos fregueses. "Bom é pouco", responde o repórter ao sentir, realmente, a comunhão perfeita da natureza com as tradições regionais e o patrimônio arqueológico colossal da Serra da Capivara, que reúne 900 abrigos sob rocha e arenítica, dos quais mais de 1,4 mil sítios com bom estrutura de visitação.

Durante o almoço, Paula serviu um filé de frango empanado na farinha de biscoito. "Fica melhor do que na farinha de trigo, pois não encharca", ensina. E depois, na maior calma, pediu à Juliana que escrevesse a receita para o visitante mesmo levar para casa.

Na despedida, a família se mostrou bem satisfeita com o movimento de turistas, que deverá aumentar com o funcionamento do aeroporto internacional em Raimundo Nonato. "Estamos confiantes", afirma Paula, ao lado do marido, Amaury, e dos filhos Odilon, Juliana e Pricila, e do netinho Luan, filho de Pricila.

Aos interessados, vale a notícia: o primeiro voo está previsto para 15 de dezembro, o que significa acesso mais fácil à Serra da Capivara, dona de atrativos como o Museu da Natureza, e muitos passeios pelo parque nacional criado em 1979 e administrado pelo Instituto Chico Mendes de Conservação da Biodiversidade (ICMBio).

MÃO NA MASSA Quando viajo e aprecio um prato "cheio de histórias" aí pelos recantos do Brasil, costumo pedir às cozinheiras a receita – simples assim. E como sou "perna de pau" no universo das panelas, peço à minha amiga Marinês Araújo, pernambucana que entende do riscado, para pôr a mão na massa e transformar as palavras escritas em alimento. O prato agradou tanto que foi logo apelidado de "crème de la crème", que em francês significa "o melhor dos melhores" – questão de gosto, claro, mas tenho certeza que o(a) leitor(a) vai curtir.

Então, para tornar ainda melhor essa "viagem", vamos a alguns casos do sertão que ficam na memória. Existe na caatinga um cacto chamado rabo-de-raposa, que é coberto de espinhos. Passando as mãos em concha, suavemente, ao longo do caule, ouve-se um barulho como se fosse de água entornando. É curioso, porque o som é esse mesmo. Segundo os moradores, na época de seca mais longa, os pais levam os filhos para as proximidades do cacto e renovam a prática para que as crianças nunca se esqueçam do barulho da chuva.

Outra planta interessante é a coroa-de-frade, também endêmica na caatinga. De forma cilíndrica, é muito usada como proteção. Assim, nos jardins das casas, lá está o cacto afastando mau-olhado e outras esquisitices.

Arroz de Maria Isabel

A escolha de ingredientes de qualidade é importante no resultado do prato

VIAGEM AO SABOR DA TERRA E DO MAR

Ao longo das estradas que cortam a caatinga, no Piauí, o viajante pode ver os rebanhos de carneiros e cabras conduzidos com todo cuidado. Às vezes, até parecem cenas bíblicas. Aí, vai o sustento de muitas famílias, principalmente por ser alimento precioso na época da longa estiagem: bem temperada, a carne seca é a base de muitos pratos saborosos. Na rodovia, um animal tenta cruzar a pista, o motorista dá uma leve guinada no volante, e assim prossegue a viagem com muitas descobertas, sempre regadas a cajuína, bebida considerada patrimônio cultural do estado e símbolo cultural de Teresina, única das capitais nordestinas que não está no litoral.

No interior ou na capital, a carne de sol de carneiro vem acompanhada do sempre "cantado em prosa e verso" baião de dois (à base de feijão-verde e arroz), do arroz de Maria Isabel (arroz misturado com carne seca cortada em pequenos cubos), a macaxeira (mandioca) frita e cozida e o tradicional pirão de leite.

Se viajar é conhecer o mundo, percorrer os caminhos é ouvir histórias, entre elas a do arroz de Maria Isabel. Dizem que o prato piauiense surgiu quando as mulheres decidiram cortar em pequenos pedaços a carne-de-sol e misturar ao arroz, possibilitando, assim, que elas também pudessem comer da carne. E por quê? Em tempos passados, os homens se serviam primeiro e comiam toda a carne. O nome teria origem nos nomes de Maria e Isabel, filhas da cozinheira que preparou a receita. Mas há outra versão: seria uma homenagem à mulher de Simplício Dias da Silva, rico comerciante e fazendeiro do litoral piauiense.

História nunca é demais, não é mesmo? Então vamos lá! Com raízes indígenas, o povo do Piauí teve como base da alimentação, nos primórdios, milho, farinha de mandioca, palmito, macaxeira, abóbora, peixes, mel e pimenta-da-terra. Com a chegada de portugueses e africanos, veio o interesse pela carne vermelha, e, da mistura, turbinada pelos frutos da terra (buriti, bacuri, manga e outros), nasceu a culinária rica e desconhecida da maioria dos brasileiros.

A viagem prossegue em direção ao Delta do Parnaíba, ao Norte do Piauí, e o cardápio muda de figura. Em Parnaíba e outras cidades, são bem-vindos os camarões e caranguejos refogados, as frigideiras e as caldeiradas de peixe (de água doce e salgada), as peixadas com leite de coco de babaçu e as variações culinárias que só fazem bem aos sentidos e deixam saudade.

Creme de repolho

INGREDIENTES

1/2 repolho grande (picado ou ralado); 1 lata de milho verde (batido no liquidificador);
2 colheres de sopa de amido de milho; 2 colheres de sopa de margarina ou manteiga; 1 tomate picado;
2 cebolas picadas; 1 pimentão verde picado;
1 colher de sobremesa de colorau; 1 litro de leite

MODO DE FAZER

Temperar o repolho com tomate, cebola, pimentão e colorau. Colocar a margarina ou manteiga numa panela e deixar esquentar um pouco. Refogar o repolho, acrescentar o leite e deixar ferver. Após ferver, acrescentar o milho e o amido de milho, mexendo até engrossar. Servir quente.

Baião de dois

Em família: Paula (à direita), com as filhas Juliana e Pricila e o netinho Luan

NOVIDADES *na cozinha*

PEDRO SHIMITH/DIVULGAÇÃO

Com picância suave, o molho de jalapeño defumada é a porta de entrada para o mundo das pimentas

Pimenta de verdade

ECONOMISTA ACOMPANHA CULTIVO DE INGREDIENTES QUE USA PARA PRODUZIR MOLHOS APIMENTADOS

Celina Aquino

Para os leigos, basta arder para chamar de pimenta. Mas não é bem assim. O economista Gabriel da Mata estudou a fundo o fascinante mundo da picância e diz com propriedade: pimenta não é tudo igual. Criador da marca de molhos La Pimentaria, ele se envolveu tanto com o assunto que acompanha desde o desenvolvimento de mudas até o cultivo dos ingredientes que são usados para fazer os molhos apimentados em Itabirito, na Região Central de Minas Gerais.

Gabriel começou a plantar pimentas por pura curiosidade. Tinha interesse em entender melhor sobre um universo que tanto o fascinava. "Comecei a reparar que o mundo das pimentas era pouco compreendido e as pessoas precisavam saber o que estavam comendo", destaca o economista, que trabalhava no mercado financeiro. Em suas pesquisas, ele chegou a entrar em contato com o pesquisador de pimentas de uma universidade do Novo México, nos Estados Unidos.

Logo, o sítio da família em Itabirito virou uma fábrica de molhos. "Um dia cismei de fazer uma pasta de pimenta com a trinidad scorpion, de Trinidad e Tobago, que era a segunda mais forte do mundo, e aquilo me chamou a atenção como negócio", conta.

As pimentas são cultivadas por pequenos produtores do entorno. Gabriel preferiu se concentrar na produção dos molhos, mas queria que as plantações estivessem bem próximas. Assim, poderia garantir o controle de qualidade (mantendo o padrão de cor, sabor e picância) e a rastreabilidade.

No início da pandemia, ele criou o programa +Pimenta, com o objetivo de desenvolver o plantio de variedades pouco exploradas e criar uma rede de fornecedores. Os agricultores recebem mudas de sementes originais para cultivar em suas propriedades e se tornam parceiros da empresa.

O investimento no campo se transforma em sabor nos molhos. Isso porque Gabriel utiliza as pimentas in natura e adiciona apenas um pouco de alho, cebola, sal e açúcar nas receitas. Quer que elas sejam notadas, mas sem causar incômodo. "Pimenta não é só a que mais arde. Queremos mostrar que ela complementa uma receita, adiciona sabor, destaca a comida e pode se encaixar em todo tipo de prato", aponta o economista, que come os molhos até no café da manhã.

No momento, a marca trabalha com três variedades de pimenta. Entre elas, está a mexicana jalapeño, a mais consumida no mundo. Apesar da fama, não é das mais picantes. Gabriel utiliza a pimenta vermelha, já madura, para que consiga um sabor mais frutado. Versátil, o molho Jalapeño combina com tudo, desde hambúrguer, torresmo e coxinha a carnes exóticas.

A mesma pimenta passa por um processo de defumação para dar origem ao Chipotle. "Essa era a forma como maias e astecas conservavam a pimenta depois da safra", informa. Depois de ficar por mais de 10h em contato com serragem de madeira não tratada (geralmente eucalipto), a jalapeño se desidrata e ganha um sabor concentrado de churrasco.

MAIS SUAVE Segundo Gabriel, o Chipotle é a porta de entrada para o mundo dos molhos. Por ser mais suave, agrada até quem diz não gostar de pimenta. No site, a empresa sugere algumas combinações, com frutos do mar e pipoca, por exemplo. Outra dica é usá-lo para temperar carnes.

Picante mesmo é o molho com o sugestivo nome Cão chupando manga, feito com a pimenta indiana bhut jolokia. Atualmente a terceira mais forte do mundo, ela inaugurou a categoria das pimentas nucleares, acima de 1 milhão na Escala de Scoville, criada por um cientista inglês para medir o nível de picância das variedades. Para você ter uma ideia, é 10 vezes mais picante que a malagueta.

Não subestime este molho. Ao primeiro contato, pode parecer fraco, mas a bhut jolokia cria um efeito que a fez ser chamada de ghost pepper. "Ela não arde na hora, mas, depois que você engole, vai crescendo e leva de 8 a 10 segundos para explodir na boca", explica. Indica-se comer o Cão chupando manga com feijoada, canjiquinha e outras comidas mais caldosas.

A empresa também trouxe para o Brasil a pimenta carolina reaper, que está no topo da lista das mais fortes do mundo. Originária da Carolina do Sul, veio diretamente do norte-americano que a criou em laboratório, cruzando a indiana bhut jolokia com a mexicana habanero. O plano de Gabriel é lançar, em breve, a carolina reaper desidratada para que o cliente possa preparar sua própria conserva.

Futuramente, ele pensa em explorar pimentas brasileiras diferentes das que temos no dia a dia, entre elas bode e murupi (de origem amazônica, é a mais forte do país).

SERVIÇO

La Pimentaria
(31) 99110-5166
www.lapimentaria.com.br

YURI BRAGA/DIVULGAÇÃO

Pequenos produtores do entorno da fábrica cultivam variedades como a indiana bhut jolokia, a terceira mais forte do mundo

BEM VIVER

YAMAHA/DIVULGAÇÃO

NA PAZ

Pedalar é uma ótima opção para quem quer reduzir o estresse.

PÁGINA 6

Como ela deve enfrentar a menopausa, caracterizada pelo fim da menstruação, assim como o climatério – transição do período reprodutivo ou fértil para o não reprodutivo

A mulher e seus vários SIGNIFICADOS

JOSÉ CARLOS DUARTE/DIVULGAÇÃO

LILIAN MONTEIRO

A mulher e suas transformações ao longo da vida. A sensação é de que, além de aprender a ser mulher, cada uma renasce ao longo da vida diante das mudanças inexoráveis pelas quais terá de passar. A menopausa é uma delas, e é um marco para o ser feminino – com suas dores, desafios e delícias, para algumas. "A menopausa é causada pela parada de funcionamento dos ovários. Os óvulos param de ser produzidos, de forma que a mulher não engravida mais. Como consequência, os ciclos menstruais cessam, vindo a menopausa, que é a última menstruação da vida da mulher", explica a ginecologista Marina Chagas Sales, especialista em videocirurgia ginecológica, histeroscopia, laser genital e colposcopia.

"Em teoria, só é possível afirmar que foi a última menstruação se a mulher tiver ficado mais de um ano sem menstruar naturalmente. Antes dessa última menstruação, o ovário dá sinais de falência, gerando ciclos irregulares. Geralmente, dois a quatro anos antes de entrar na menopausa, inicia-se o climatério, marcado pela irregularidade menstrual e surgimento de sintomas pela falta de hormônio, como fogachos, irritabilidade, insônia, ressecamento genital, incontinência urinária. O fim dessa fase se dá aos 65 anos, quando começa a senectude", ensina.

A idade média da menopausa é 50 anos, sendo considerado normal entrar a partir dos 40 anos. Antes disso, é chamada de menopausa precoce, destaca a ginecologista. Além disso, a médica lembra que a maioria das mulheres não passa de 55 anos sem ter entrado na menopausa, mas não há uma idade máxima do que é normal. "Essa variação da época é determinada geneticamente e pode sofrer influências do estilo de vida: o estresse e o tabagismo comprovadamente a favorecem numa idade mais cedo do que a mulher entraria naturalmente", conta Marina Chagas Sales.

CONHECER O CORPO Muitas mulheres chegam à menopausa completamente sem saber o que terão de enfrentar. Sem saber o que ocorrerá com o corpo, as consequências físicas, mentais e emocionais. A especialista enfatiza que, certamente, conhecer mais sobre o próprio corpo e as alterações às quais ele passa ao longo da vida torna mais fácil a passagem pela menopausa. "A proximidade com o ginecologista, que orienta sobre quais os sinais e sintomas que a mulher pode apresentar, facilita a aceitação e o tratamento."

Ao se identificar a necessidade, o tratamento dos sintomas climatéricos deve ser indicado, em prol da qualidade de vida. O médico deve orientar que, no climatério, a possibilidade de engravidar existe, mas é reduzida, cessando com a menopausa. Assim, a paciente pode se preparar do ponto de vista reprodutivo. É papel da paciente seguir orientações sobre controle do peso, dieta e exercícios. "Geneticamente, há pacientes propensas a sentir mais incômodo, enquanto outras passam pela menopausa sem sintoma algum. Um estilo de vida saudável e o controle das emoções aumentam a chance de uma transição menopausal tranquila."

REPOSIÇÃO HORMONAL A reposição hormonal é a grande questão nessa fase da mulher. Esperança e medo convivem lado a lado. "As mulheres que apresentam sintomas climatéricos têm grande benefício ao fazer a reposição hormonal e já devem iniciá-la ao surgirem as queixas do climatério, não sendo necessário esperar a menstruação parar. Por outro lado, a reposição não está indicada em quem não tem queixas: algumas mulheres passam por essa fase sem queixa alguma e, para elas, a reposição não deve ser prescrita. Entretanto, não basta ter sintomas para iniciar a reposição. É preciso verificar qual o hormônio ideal e a ausência de contraindicações, como passado de câncer de mama e de trombose e doença no fígado", avisa a médica.

> *"Em teoria, só é possível afirmar que foi a última menstruação se a mulher tiver ficado mais de um ano sem menstruar naturalmente"*
>
> **Marina Chagas Sales,** ginecologista, especialista em videocirurgia ginecológica

A ginecologista diz que o principal temor das mulheres ao pensar em repor hormônio é a possibilidade de desenvolver câncer de mama ou de útero, sendo maior em mulheres obesas e nas que têm casos na família. "Alguns tipos de reposição são mais seguros. Em geral, os benefícios do uso de hormônio superam os efeitos colaterais. O hormônio não engorda, mas pode haver inchaço com ganho de peso e varizes. Outros efeitos colaterais são sangramento genital, dor nas mamas e alterações de humor. A maioria das mulheres que têm dor de cabeça melhora com a reposição hormonal, mas outras podem ter piora ou desenvolver cefaleia", acrescenta.

"Uma grande novidade no tratamento de alguns sintomas climatéricos é o laser genital. Trata-se de um procedimento desenvolvido na Itália, que resgata a lubrificação e a elasticidade genitais, além de tratar e prevenir a incontinência urinária. Ele também melhora a libido. O tratamento é feito no consultório, usando um aparelho que emite luz infravermelha."

LIBIDO E ATIVIDADE FÍSICA Uma vez na menopausa, como passar por ela sem grandes problemas? Marina Chagas Sales reconhece que a mulher climatérica passa pelo grande desafio de lidar com seus sintomas. "Alguns são mais fortes em certas mulheres e em outras não acontece. Fazer tratamentos multidisciplinares, agregando abordagem homeopática e psiquiátrica, é bem-vindo. Por exemplo, alguns remédios psiquiátricos podem controlar as ondas de calor e ajudar com a insônia e falta de libido."

As terapias complementares, como a acupuntura, também são aliadas para o controle dos sintomas. "É sempre importante a prática de atividade física. Há evidências de que ela ajude a reduzir as ondas de calor e a variação de humor, além de melhorar a libido. No climatério, há aumento do risco de doenças cardiovasculares, como infarto, AVC e trombose, o que aumenta a indicação dos exercícios. Além disso, o metabolismo fica lento, favorecendo o ganho de peso. Esse é mais um ponto a favor de manter uma rotina de atividade física, pelo menos 150 minutos por semana", recomenda a médica.

A ginecologista destaca que a mulher pode alcançar uma sexualidade satisfatória com seu parceiro, mesmo lidando com a queda da libido: "Com a queda hormonal, é natural que haja falta de libido, intensificada pelo fato de a pele da vulva ficar muito sensível, de forma a sangrar e doer na relação. Ao se tratar, a mulher volta a ter uma relação satisfatória com seu parceiro. O ideal é que esse tratamento seja feito o quanto antes, pois o colágeno da vulva se recupera mais depressa. Além dos hormônios, o laser genital é um excelente tratamento para melhorar a elasticidade, firmeza e lubrificação vaginais".

Marina Chagas Sales lembra que não se pode esquecer da alimentação, que também ajuda no controle dos sintomas. "Há alimentos favoráveis para melhorar fogachos, libido, retenção de líquidos. Alguns chás ajudam também. A onda de calor é causada pelo efeito da variação hormonal no termostato cerebral. As mulheres devem encarar essa variação com naturalidade e buscar tratamento médico."

LEIA MAIS SOBRE MENOPAUSA
PÁGINA 3

LITERATURA

"Subversivas", da Ph.D Gisèle Szczyglak, mostra por que redirecionar regras impostas pela sociedade fará com que as mulheres conquistem a plena igualdade de direitos

Contra a submissão social

AMANDA SERRANO*

Dizer que o machismo, ainda em 2022, impera em inúmeras camadas sociais, e que diversas mulheres lutam contra a submissão em múltiplos níveis, não é novidade. Embora haja diversos movimentos pela igualdade de gênero, a sociedade ainda não foi capaz de validar na prática uma paridade de gênero, apesar de todo o arsenal legal. Por conta desse cenário desolador, a francesa, especialista em filosofia política, Gisèle Szczyglak escreveu "Subversivas: A retomada do poder pelas mulheres para reconquistar seu lugar de direito na civilização", lançamento da Editora Cultrix.

A autora ministra diversas conferências e cursos para mulheres em cargos de liderança – muitos deles no Brasil –, além de estudar a fundo o tema e participar ativamente em redes de mulheres, entre outros tantos trabalhos na área ligados à luta por igualdade. Assim, o livro nasceu de uma série de demandas do trabalho de Gisèle, especialmente dos cursos que ela ministrou no Brasil para executivas de cargos públicos, que questionavam, como tantas outras mulheres ao redor do mundo, como superar a eterna barreira da justificação e de sua humanidade às suas competências.

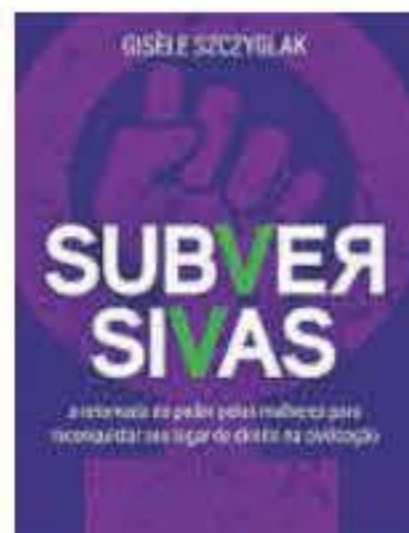
Gisèle é Ph.D em filosofia política e especialista em minorias e diversidade, e afirma que "sem qualquer aviso" os homens tomaram para si o conceito de humanidade e como consequência desse "sequestro civilizatório", a percepção feminina sobre o mundo e sobre seu papel social ficou – e é ainda hoje – muito distorcida. Por isso, a especialista defende a subversão social e política como arma para modificar de vez essa realidade. Sua tese central é de que, ao compreender as regras e os papéis impostos pela sociedade-cultura vigentes, as mulheres poderão redirecioná-las em benefício próprio.

"Os homens roubaram a civilização ao se apoderar de todos os símbolos e de todas as produções. Conseguiram essa façanha pela imposição e, assim, mantiveram ao longo do tempo um contrato extrabiológico desfavorável às mulheres... [Dessa forma], foi imposto às mulheres de modo unilateral, sem a negociação de duas partes dialogando com o mesmo nível de equilíbrio. Essa conversa nunca ocorreu. Por isso, a subversão é um imperativo para as mulheres. É o último recurso. O gesto supremo", destaca.

O livro é considerado revolucionário, porque é baseado não só em experiências profissionais, mas também em diversas pesquisas filosóficas, etológicas, sociológicas e antropológicas. Além disso é um 'call to action' inspirador no mundo contemporâneo para a mudança do olhar e da prática da sociedade como um todo. Suas páginas nos mostram por que é tão importante que os homens reconheçam o que fizeram historicamente às mulheres e por que as mulheres precisam parar de pedir desculpas por serem feministas.

PONTO E VÍRGULA/DIVULGAÇÃO

A obra de Gisèle Szczyglak explica como explorar as ferramentas que podem permitir às mulheres dominarem a arte de interferir nas regras de um jogo imposto pelos homens

Gisèle explica também na obra como explorar as ferramentas que podem permitir às mulheres dominarem a arte de interferir nas regras de um jogo imposto pelos homens e derrubar o sistema por meio de um maior protagonismo feminino. "Para entrar na subversão, conseguir quebrar os códigos e assumir uma distância necessária à emancipação pura e simples, é preciso ter lucidez e autoconfiança. Depois de ancoradas na subversão, as mulheres serão capazes, junto com os homens, de fazer com que o feminismo de fato aconteça no sentido de um novo humanismo", completa.

SERVIÇO:

LIVRO: "Subversivas: A retomada do poder pelas mulheres para reconquistar seu lugar de direito na civilização"
AUTORA: Gisèle Szczyglak
EDITORA: Cultrix
PÁGINAS: 248
PREÇO: R$ 52,90

* Estagiária sob supervisão da editora Ellen Cristie

conta-gotas

Sugestões para esta coluna, enviar no e-mail *bemviver.em@uai.com.br*

FOTOS: FREEPIK/DIVULGAÇÃO

PREVENÇÃO CONTRA DOENÇAS BUCAIS

Cáries, tártaros e placas costumam surgir, na maior parte das vezes, em crianças e em idosos. Na garotada, as doenças surgem por conta de maus hábitos, como consumo frequente de doces e refrigerantes. A esses fatores, somam-se escovações malfeitas. Nos idosos, as doenças aparecem com maior frequência por conta do desgaste natural dos dentes e pelo consumo de medicamentos que podem enfraquecer a arcada dentária. "Nas partes de difícil acesso, além da escovação, é preciso usar fio dental e solução fluorada de bochecho. Ter esses cuidados previne não só o tártaro como também a cárie e outras doenças bucais", destaca Rafaela Magda de Oliveira Almeida, dentista do Grupo Hapvida NotreDame Intermédica.

ROTULAGEM DE ALIMENTOS

Muita gente ainda não se deu conta, mas a partir deste mês o consumidor brasileiro vai se deparar com uma nova rotulagem na parte frontal das embalagens de alimentos. Uma das mudanças previstas nas legislações é o novo modelo de rotulagem nutricional aprovado pela Anvisa, que estabelece a inserção de selo frontal com um símbolo de lupa informando sobre o alto teor de açúcares adicionados, sódio e gorduras saturadas. Uma das principais políticas para a criação da advertência frontal nos países da América do Sul é a prevenção e combate aos grandes índices de obesidade e doenças crônicas. A transparência da informação deve tornar o consumidor mais consciente e atento com sua alimentação.

LEIS E DESINFORMAÇÃO EM RELAÇÃO À CÂNABIS

A Nowdays, marca de lifestyle, está lançando a campanha Leis Questionáveis (Questionable Laws). O objetivo é desmistificar e convidar a sociedade a refletir e debater sobre as leis e os estereótipos relacionados ao consumo da cânabis. Criada há cerca de um ano, a empresa tem uma plataforma na web que fomenta debates sobre a cânabis e as diferentes formas de seu consumo pelas pessoas. "Nossa plataforma aborda de forma holística os temas relacionados à planta, pois, historicamente, a maconha sempre foi estereotipada, criminalizada e perseguida. Por isso, estamos lançando este filme. Precisamos dar fim à desinformação", afirma Thainá Zanholo, coordenadora da campanha. Para assistir ao filme, basta acessar o YouTube com o nome Nowdays: Questionable Laws.

MEDICAMENTO APROVADO PARA ASMA GRAVE

Um tratamento aprovado pela Anvisa vai beneficiar portadores de asma grave, forma de difícil controle da doença. O tezepelumabe é um anticorpo monoclonal com indicação ampla contra a doença, sem restrições de fenótipo (eosinofílico ou alérgico, por exemplo), nem biomarcadores. A terapia é indicada para o tratamento adicional de manutenção de pacientes com asma grave, com idade a partir de 12 anos. Estima-se que 20 milhões de brasileiros tenham a doença e enfrentem crises de asma, tanto que elas figuram entre as principais causas de internação no país, com cerca de 350 mil casos por ano. Para Mauro Gomes, pneumologista e professor assistente da Faculdade de Ciências Médicas da Santa Casa de São Paulo, esse novo tratamento é muito importante, pois é mais um recurso terapêutico disponível, e específico para os casos de difícil controle.

MAIS DE 140 TIPOS DE DEMÊNCIA

A demência é uma condição que se caracteriza pela deterioração progressiva das funções cognitivas. "A pessoa começa a esquecer o caminho de casa, a perder coisas de valor, como dinheiro, fica desorganizada em casa e, consequentemente, não consegue fazer as atividades da vida cotidiana", explica Custódio Michailowsky Ribeiro, neurologista do Hospital Albert Sabin (HAS). Entre os mais de 140 tipos de demência, segundo o especialista, os principais são doença de Alzheimer, demência vascular, demência com corpos Lewy (LBD), demência da doença de Parkinson, demência frontotemporal (DFT). Hábitos saudáveis como boa alimentação, sono suficiente, exercícios físicos, controle do peso e de doenças sistêmicas são dicas valiosas para a prevenção.

REPORTAGEM DA CAPA

Especialista destaca que é importante que as mulheres passem por esse período se cuidando, já que é um estágio de transição, que pode levar a mudanças no comportamento emocional e hormonal

Menopausa não é doença

LILIAN MONTEIRO

Todas as mulheres passam pela menopausa, cada uma de maneira única, e terão um terço da vida na pós-menopausa. Encarar o envelhecimento e todas as mudanças no corpo pode ser difícil para muitas. A ginecologista e obstetra Mariza Chagas Sales destaca que "na vida da mulher, a transição entre o estágio reprodutivo e o não reprodutivo, denominado climatério, pode levar a mudanças no comportamento emocional e hormonal da mulher. E vários sintomas podem iniciar neste período. Essa transição pode causar o desenvolvimento de alterações do humor, ansiedade, insegurança, desânimo, irritabilidade e até transtornos depressivos".

A médica destaca outros sintomas: alteração no ciclo menstrual, um a três anos antes da menopausa. O ciclo pode se apresentar curto ou com atraso menstrual; sintomas vasomotores, também conhecidos como fogachos ou ondas de calor, mais notadamente na região da face, tórax e pescoço. São caracterizados por vasodilatação periférica, elevação da temperatura cutânea e sudorese, que podem levar à insônia, durante a madrugada; ressecamento de pele e cabelos, unhas enfraquecidas, ressecamento da mucosa vaginal, levando a dor na relação sexual (dispareunia) e diminuição da libido, motivada pela diminuição dos hormônios ovarianos.

Para Mariza, é importante que todas as mulheres se cuidem para passar por esse período, "que não é uma doença e, sim, uma passagem para a vida não reprodutiva". Ela alerta ainda que a mulher deve dar prioridade ao aumento da qualidade de vida e prevenção de doenças crônicas e neoplásicas. "Ela deve se empenhar em ter hábitos saudáveis e alimentação equilibrada para amenizar os sintomas. Deve-se manter ativa, fazendo exercícios físicos, tão importantes para a saúde, como também atividades que sejam prazerosas para ela."

ARQUIVO PESSOAL

Estudos mostram que dieta adequada, atividades física, intelectual e social são recursos importantes para aliviar os sintomas climatéricos

AUTOCUIDADO De acordo com a médica, para a promoção da saúde no climatério são inúmeros os cuidados gerais que deverão servir para todas as mulheres. "Pode ser prescrito um tratamento hormonal ou com medicamentos não hormonais específicos para cada paciente. Deve-se individualizar o tratamento, de acordo com a necessidade de cada uma, com o objetivo de oferecer melhor qualidade de vida.

Os estudos mostram que uma dieta adequada, atividade física, atividades intelectuais, sociais e culturais são recursos importantes para evitar a degeneração provocada pelo processo do envelhecimento, para aliviar os sintomas climatéricos, prevenir a perda óssea e manter a memória. Cuidados cosméticos com a pele e massagens localizadas são recursos importantes, assim como a identificação e tratamento de doenças sistêmicas."

Mariza Chagas Sales destaca que o tratamento hormonal traz grandes benefícios, desde que utilizado de forma criteriosa e individualizada, no alívio dos sintomas, na proteção das mucosas, na pele, aparelho genital e urinário, e nos ossos: "É necessária a seleção adequada das pacientes, observar as vias de administração, os tipos e doses de hormônios e os esquemas terapêuticos. É importante conversar com a paciente, para discutir os riscos e benefícios da terapia hormonal. As pacientes com contraindicações ao tratamento hormonal podem se beneficiar com o tratamento fitoterápico".

A médica alerta que o climatério é acompanhado de uma série de mudanças fisiológicas e comportamentais que implicam necessidade de prevenção de doenças e promoção da saúde: "No climatério, a mulher fica vulnerável para o desenvolvimento de alterações do humor e transtornos depressivos. A diminuição do estrogênio nessa fase leva a mulher a ficar mais suscetível a várias patologias, como, por exemplo, doenças cardiovasculares, acidente vascular cerebral e osteoporose".

No entanto, Mariza lembra que a menopausa na mulher moderna é completamente diferente das mulheres no século passado." Muitas estão ativas profissionalmente, têm metas, planos e sonhos a realizar. Os cuidados com a mulher no climatério proporcionam melhor qualidade de vida, já que a população feminina tem apresentado aumento significativo da longevidade.

E como o exercício físico tem de fazer parte da vida em qualquer estágio, a ginecologista alerta que a mulher não deve ficar parada na menopausa e, sim, escolher o que mais gosta de praticar.

> "É importante que todas as mulheres se cuidem para passar por esse período, que não é uma doença e, sim, uma passagem para a vida não reprodutiva"

Onde buscar informação e acolhimento?

A Plenapausa, femtech brasileira que fornece informação, solução e acolhimento para mulheres durante a menopausa, avaliou, este ano, cerca de 3.800 mulheres no país, do período do climatério até o pós-menopausa. Com essa avaliação, colheu dados atuais sobre os sintomas físicos e emocionais das mulheres em menopausa.

A psicanalista e fundadora da Plenapausa, Márcia Cunha, aponta uma mudança em especial: dar atenção aos aspectos emocionais, sentimentais: "Assim como cuidar dos sintomas físicos, dores e incômodos, é necessário cuidar da saúde mental e emocional durante a menopausa. Além dos sinais relatados, como ansiedade, depressão, mudanças de humor, calores e alterações no sono, percebemos também a solidão das mulheres que estão passando por esse período", explica.

"O assunto não é conversado em casa e, muitas vezes, não é falado nem entre amigas. Isso gera uma falta de informação e a mulher se sente sozinha. Para enfrentar esse período da maneira mais leve e confiante, é importante que a mulher, junto com o seu médico, procure o melhor tratamento de seus sintomas e associe com a melhora na alimentação, atividade física e tenha uma rede de apoio."

ARQUIVO PESSOAL

Márcia Cunha, psicanalista e fundadora da Plenapausa aponta a importância de dar atenção aos aspectos emocionais da mulher

VÁRIAS OPÇÕES

1 – Caminhar: "Fazer caminhadas de 30 minutos a uma hora é uma ótima maneira de amenizar os sintomas emocionais da menopausa. Caminhar libera endorfina, a qual age positivamente sobre o humor".

2 – Nadar: "A natação é um dos exercícios mais completos, pois fortalece a musculatura, não sobrecarrega as articulações e melhora a respiração".

3 – Ioga: "Ótima para reeducação postural, melhora da flexibilidade e da coordenação motora. Além disso, sua ação relaxante alivia quadros de estresse físico e emocional".

4 – Hidroginástica: "Excelente, melhora o condicionamento cardiovascular e muscular, além de ter efeitos positivos sobre a flexibilidade, coordenação motora e relaxamento".

5 – Pedalar: "Tem benefícios na melhora da capacidade aeróbica e aumento no metabolismo das gorduras".

6 – Musculação: "Essa atividade deve ser feita sob supervisão adequada e pode ajudar no combate à osteoporose, dores lombares e melhora do sono. Seus resultados são ótimos, pois melhoram a definição muscular, ajudam a perder peso e ainda melhoram o sistema cardiorrespiratório".

7 – Dançar: "Ótimo para relaxar, fazer amigos e melhorar a autoestima, além de ser um excelente exercício físico".

8 – Alongamento: "Favorece o aumento da flexibilidade muscular, proporciona maior agilidade e elasticidade, além de prevenir lesões".

9 – Pilates: "Proporciona ganho de tônus muscular e fortalece os músculos. Ainda ajuda a melhorar o equilíbrio e coordenação pelo realinhamento da coluna, além de fortalecer o assoalho pélvico".

PALAVRA DE ESPECIALISTA

TATIANA CORDEIRO, BIOMÉDICA E COORDENADORA DO CURSO DE BIOMEDICINA DA ESTÁCIO FLORESTA

LARA CASARINO CORDEIRO/DIVULGAÇÃO

Medo do julgamento

"Apesar de ser um processo natural, a menopausa ainda é um tabu para muitas mulheres, que optam por omitir que estão nessa fase por receio de ser julgadas. Talvez esse sentimento esteja ligado aos tempos antigos, quando a média de vida era menor, a mulher se casava muito cedo e passava por várias gestações. Uma época em que cada fase era marcada por características sociais bem definidas. Para muitos, o autoconhecimento sobre seu próprio corpo e prazer eram vistos com maus olhos pela sociedade de uma forma em geral. Atualmente, as mulheres são mais autoconfiantes, se conhecem mais e encaram o envelhecimento com mais leveza. Estar aberta a verbalizar e trocar experiências é fundamental. A vontade de viver com qualidade e de se sentir bela são fundamentais. Trata-se de autovalorização. Óbvio que as dificuldades do dia a dia associadas às alterações fisiológicas do corpo nos afetam. Por isso, é importante entender primeiramente o que acontece com o corpo feminino ao longo da vida, desde o nascimento. É importante ter um médico de confiança, alguém que possa sanar suas dúvidas. Encare seu envelhecimento com leveza. Acredite: a experiência nos faz melhores."

VEJA OS PRINCIPAIS DADOS COLETADOS NA PESQUISA:

83% – Dificuldade para dormir ou sono que não recupera, má qualidade do sono

89% – Cansaço ou pouca energia

82% – Depressão e/ou ansiedade

80% – Falta da libido

88% – Alteração de humor/instabilidade emocional

80% – Dores nas articulações/dores musculares 80%

17% – Usam fitoterápicos

26% – Usam suplementos/vitaminas

53% – Se sentem menos produtivas no trabalho

FAZER ALGO PARA SE SENTIR MELHOR TODOS OS DIAS...

1 - Exercitar-se mais: 29%

2 - Perder peso: 24%

3 - Lidar com depressão/ansiedade/irritabilidade ou outros sintomas de humor: 11%

4 - Reduzir o nível de estresse: 7%

5 - Comer mais saudável: 6%

6 - Melhorar o nível de energia: 6%

HISTÓRICO PESSOAL

- Depressão pós - parto: 28%
- Têm dificuldades com os sintomas: 45%

Fonte: Plenapausa, femtech brasileira

SANDRA KIEFER

MAIS LEVE

"O melhor presente de todos, porém, é o seu tempo. Ofereça meia horinha do seu dia para ele"

Dia de ser criança

Que tal dar ao seu filho um Dia das Crianças diferente em 12 de outubro? Sim, você pode comprar um presente para marcar a data, mas por favor acrescente um algo a mais no pacote. Pode ser um abraço de urso, demorado, sem celular na mão. Vale também elogiar o seu jeito alegre e amigo, aquela nota boa na prova, o topete sem sair um fio do lugar.

O melhor presente de todos, porém, é o seu tempo. Ofereça meia horinha do seu dia para ele. Sente-se no chão, desligue o telefone e o ajude a curtir o brinquedo que ele acabou de ganhar. Brinquem juntos. Acredite, ele nunca mais se esquecerá desse dia.

Após viverem esse momento feliz, diga ao seu filho que você também quer um presente dele. No lugar do brinquedo novo, você gostaria que ele desapegasse de outro, que está ocupando lugar no armário e com o qual ele já não brinca mais. É uma dica de ouro: sempre que entrar uma roupa ou sapato novos no armário, retire um item igual que já não serve mais em você.

Quanto ao brinquedo, explique que o presente não é para você. Na verdade, você gostaria de entregar para outra criança que não tem tantos brinquedos como ele e que também iria gostar de ganhar um carrinho ou uma boneca diferente. Isso seria bem legal, não acha?

Dependendo da idade ou do temperamento do seu filho, pode acontecer de ele querer 'desapegar' de algo inútil, como uma rodinha que soltou do carro ou daquele boneco do super-herói que perdeu uma perna ou a cabeça. É assim mesmo. O desapego é um processo.

Não se preocupe com isso. Vai chegar o dia em que ele, sem consultar os pais, vai abrir mão de um de seus carros preferidos, aquele que faz barulho, imitando o motor do Porsche. E ele irá entregar espontaneamente o objeto para o menino que bateu o interfone pedindo comida, trazido pela mãe dele.

É possível que, alguns dias depois do ocorrido, seu filho decida revelar a você que já está crescendo e que não tem mais vontade de brincar com carrinhos. E, nesse dia, apesar de você já começar a sentir saudades do seu pequeno, ficará aliviado porque conseguiu curtir uma parte boa da infância dele.

Voltando aos brinquedos usados, suficientes para lotar até o trenó do Papai Noel, você irá procurar uma entidade para fazer uma doação na Semana das Crianças. E você descobrirá que a vida é mesmo um ciclo. No lugar da infância de seus filhos, surgiram as 115 crianças de Raposos, atendidas pela Associação Arte de Educar.

Foi uma aventura a ida a Raposos, a 35 quilômetros de BH. Já na chegada, o coordenador William Figueiredo solicita a todos que se apresentem, dizendo o seu nome. Sugiro que eles, além de falar o nome, digam uma palavra ou algo que consideram importante colocar na roda.

Puxo o coro das crianças, começando com a palavra amor. Na minha ingenuidade, achei que se seguiriam menções a esperança, alegria e a paz. Teria sido lindo do mesmo jeito, mas as crianças de Raposos desejavam mais do futuro. Elas sabiam o que queriam.

Uma a uma, as crianças fizeram os seus pronunciamentos diante da plateia. O primeiro a falar foi um garoto de 7, 8 anos. Sem nenhuma timidez, com o olhar firme e pescoço erguido, ele foi logo exigindo o 'fim ao racismo'. Daí em diante, vieram pedidos de 'respeito', 'não ao bullying' e o 'fim da violência contra a mulher'.

Então, chegou a vez da linda garotinha, com seus 5 anos, vestida com um casaco com estampa de onça. Tímida, ela não conseguia se expressar em público. Eu me agachei ao lado dela e perguntei: "Qual palavra você gostaria de dizer, querida? Se não quiser falar nada, tudo bem". Ela pensou, pensou, e depois sussurrou no meu ouvido: "Deus".

Foi um momento emocionante. Como a alma das crianças é sábia !!! A menor palavra dita foi, ao mesmo tempo, a maior de todas.

Obs.: No @projetoartededucar, as 115 crianças moram com suas famílias, mas passam as horas vagas na entidade, que fornece lanche, reforço escolar e atividades como teatro e futebol. O coordenador visita cada casa para checar se os meninos estão estudando ou se são vítimas de violência doméstica. Sem apoio governamental, o projeto vive de doações de biscoitos, leite e achocolatados e frutas para o lanche. O telefone para contato é 98776-0949.

* Sandra Kiefer assina esta coluna quinzenalmente

OUTUBRO ROSA

Um empurrãozinho a mais

Estudo mostra que campanha de conscientização sobre o câncer de mama incentiva as mulheres a fazerem mamografia no Sistema Único de Saúde (SUS)

ANDRÉ KAZE/DIVULGAÇÃO

Estudo publicado recentemente apontou que a campanha de conscientização sobre o câncer de mama Outubro Rosa aumenta o número de mamografias realizadas em outubro e nos dois meses seguintes, no Sistema Único de Saúde (SUS). Os índices de alta são de 33%, 39% e 22%, respectivamente, de acordo com a pesquisa "Does Pink October really impact breast cancer screening?".

O levantamento ainda aponta valores abaixo da média mensal nos demais meses. Não houve diferença considerando as diferentes regiões do país ou faixa etária. Foram analisados dados de janeiro de 2017 a dezembro de 2021, com comparação estatística dos quatro trimestres do ano.

De acordo com Andrea Cianfarano, radiologista da Clínica Imax, de Curitiba, o diagnóstico precoce aumenta as chances de cura e torna o tratamento menos agressivo. "As campanhas de conscientização são indispensáveis, bem como a realização da mamografia conforme a indicação médica. Fazer os exames periodicamente é a única forma de detectar possíveis nódulos ainda no início, pois eles só se tornam palpáveis quando estão maiores, em casos avançados", explica.

ESTÁGIO MAIS AVANÇADO Pesquisa publicada no The British Medical Journal (2020) aponta que o risco de morte aumenta 13% a cada semana de atraso do início do tratamento e um levantamento feito pelo Hospital Erasto Gaertner, de Curitiba, instituição referência no tratamento para câncer no Paraná, mostra que os casos da doença aumentaram em 30% no estado, nos anos de 2021 e 2022. Ainda revela que os tumores têm chegado para tratamento em estágios mais avançados, principalmente de pacientes que têm câncer de mama ou de intestino.

Andrea Cianfarano ressalta que sem o diagnóstico é impossível realizar qualquer medida terapêutica. "Os exames de rastreio são indispensáveis. A partir dos laudos de exames, a paciente pode ter acesso ao tratamento adequado para o seu caso."

A Sociedade Brasileira de Mastologia recomenda a mamografia de rastreamento anual a partir dos 40 anos, para mulheres de risco habitual, e a partir dos 30 anos para mulheres de alto risco. Aquelas que apresentam qualquer tipo de sintoma devem procurar auxílio médico o mais rápido possível, inclusive as jovens.

Em outubro, novembro e dezembro, nos últimos anos, número de mamografias aumentou em 33%, 39% e 22%, respectivamente

É o caso de Camila Vaticola dos Santos, que conta como o diagnóstico precoce foi primordial para o seu caso. "Foi considerado de alto risco, pois eu descobri o câncer muito cedo, aos 23 anos. Senti um carocinho no banho e no dia seguinte já busquei auxílio médico. Se não tivesse dado bola para aquele carocinho, talvez hoje eu não tivesse mama. Se eu tivesse esperado um ou dois meses para buscar o médico eu poderia ter passado por uma mastectomia, porque aquele carocinho teria crescido e se transformado em um nódulo maior. Hoje, cinco anos depois, estou bem, recebi o presente de ter engravidado e sou mãe", comemora.

MEDO A Clínica Imax está organizando uma campanha, que tem como objetivo conscientizar a população sobre a importância da realização desse exame, tornando-o mais acessível para as mulheres.

Cristiane Spadoni, radiologista e idealizadora da campanha, conta que é muito comum o relato de medo das mulheres que precisam fazer a mamografia. "Receio de sentir dor ou de receber o diagnóstico de câncer. Nosso trabalho tem o objetivo de mostrar que o câncer de mama pode ser curado, principalmente se identificado no início. Além disso, o desconforto da mamografia é rápido e passageiro e traz benefícios imensos, que podem garantir a saúde e a vida da paciente."

Neste ano, a clínica oferece 50% de desconto na realização de tomossínteses (um tipo de mamografia mais precisa), 25% de desconto na mamografia e vai doar todo o valor arrecadado com a venda de produtos da campanha para a Anjo Sem Asas.

JAIR AMARAL/EM/D.A PRESS

A mamografia de rastreio anual deve ser feita a partir dos 40 anos para mulheres de risco habitual e a partir dos 30 para pacientes de alto risco

LEIA MAIS SOBRE OUTUBRO ROSA PÁGINA 5

SOFIA BAUER

PSICOLOGIA POSITIVA

MÉDICA PSIQUIATRA E ESPECIALISTA EM PSICOLOGIA POSITIVA

"Que tal aproveitar a entrada da primavera, estação das flores, e deixar florescer seus sonhos?"

E a primavera chegou!

Tempo de semear novos projetos e deixar florescer!

Junto com a chegada da primavera, há uma mudança em nosso humor. Poucos notam, mas ficamos mais sutis e propensos às mudanças que estão por vir. Uma boa época para iniciar projetos!

O frio vai embora e nascem as folhas verdes com brotos das flores, e depois elas desabrocham. Período em que, acompanhando as mudanças climáticas, fazemos o mesmo, recalculando nosso novo período de colheita – o verão!

Que tal aproveitar a entrada da primavera, estação das flores, e deixar florescer seus sonhos?

Primeiro, precisamos sonhar. São as sementes que vamos plantar para em breve colher ali na frente, frutos dos sonhos e do trabalho que já se inicia no projeto sonhado.

Sonhar, semear, fazer planos e agir. Seguindo um roteiro de intenções, é a hora da virada de chave. Hora de semear sonhos. Como? Plantando ideias, fazendo parcerias, desenhando as pequenas metas atingíveis e iniciando o processo de mudança.

Para mudar, precisamos acreditar em novos projetos.

Essa é a melhor época para começar a plantar ideias que você vai colher no próximo ano. Puxa! Mas nem chegamos ao final deste, já devo planejar meu próximo ano?

Isso não seria sofrer de ansiedade? Claro que não! Uma ponte ou carro não são feitos sem projeto, cálculos e toda uma estratégia bolada com muita antecedência.

Está na hora de tirar os sonhos da cabeça e colocá-los no papel. De recalcular a rota e iniciar o novo momento de sua vida. Mesmo que seja em pequenos passos, pequenas metas, chegou a hora.

Aproveite a fase climática que nos faz sorrir, abrir as janelas, tirar os casacos, sair às ruas, ver o colorido das flores, e deixe sua mente se colorir de sonhos possíveis que podem sair do armário da mente para uma tarefa tangível e elaborada em pequenas etapas.

Ah! Mas meu sonho é impossível!

E você teria algum sonho que ficou para trás? Uma vontade de mudar alguma coisa? Emagrecer, fazer esporte, diminuir as horas de trabalho, mudar de cidade, mudar o corte de cabelo, fazer aquela empresa ficar como sonhou, fazer uma grande viagem, fazer sua empresa crescer, ver aquela casa que tanto sonhou etc.

Todos temos sonhos que por um ou outro motivo deixamos de seguir. Que tal parar e pensar: que sonho eu desejo alcançar?..

Temos escolhas a fazer todos os dias. E somos aquilo que escolhemos. Eu escolho se quero acordar cedo ou tarde, que café vou tomar, se tomo ou não banho hoje, se bebo mais água e cuido de minha hidratação, se faço exercício físico ou não, se devo ou não comer açúcares etc.

E você vai dizer: mas tem muita coisa que eu não escolho... como o chefe chato com quem trabalho, o cuidar dos filhos, a crise do petróleo e o aumento dos combustíveis.

Bom, você pode não optar por esses acontecimentos, mas pode optar "como" vai reagir a eles de forma positiva e otimista ou vai só reclamar da vida.

Aproveite a primavera, e se faça um favor: faça escolhas conscientes do que realmente deseja, pare de reclamar.

Pois somos as escolhas que fazemos. E muitas vezes, diante de escolhas, teremos que optar por perder para ganhar. Uma criança pequena perde os dentes de leite e fica por um tempo "banguela". Depois, vêm os dentes definitivos, enormes para aquela boca pequena. Mas logo tudo se encaixa perfeitamente no que deve ser.

Faça esta analogia com seus sonhos. O perder algo e ganhar mais. Perder tempo, como noites mais prolongadas de estudo a quem fará um vestibular ou uma dissertação de mestrado, fazer esforço traz o merecimento. Fazer algum esforço sempre se faz necessário, mas em compensação você verá o resultado do que sonhou ali diante de seus olhos após algum tempo.

Não existe "ostra feliz que faz pérolas". É preciso que ela sofra com areias que arranham sua carne para formar aquela "nácar" que será um dia uma pérola, pedra preciosa.

Um dia, perguntaram a Michelangelo como ele conseguiu esculpir aquela maravilha de estátua, o "Davi". Ele respondeu que vira naquele bloco inteiro de mármore a figura de Davi, e apenas esculpiu.

A primavera está chegando...

Aproveite e faça algo surgir daquilo que você sonha, florescendo uma vida nova. Você merece.

OUTUBRO ROSA

Autocuidado para diagnóstico precoce

Campanha da Sociedade Brasileira de Mastologia concentra esforços na conscientização das mulheres sobre a importância dos exames preventivos contra o câncer de mama

PIXABAY

A base para qualquer tratamento, mas, em especial, contra o câncer, consiste nas relações interpessoais

A Sociedade Brasileira de Mastologia – Regional Minas Gerais (SBMMG) investe na campanha Outubro Rosa 2022 com atenção e preocupação com o alarmante crescimento de casos de câncer de mama, em decorrência da pandemia. O mote "Quanto antes melhor – Seguimos juntos contra o câncer de mama" foca na conscientização da população sobre a importância do autocuidado, do diagnóstico precoce e realização de exames preventivos, além das consultas regulares ao mastologista . Annamaria Massahud, presidente da SBMMG, alerta para os dados do Instituto Nacional do Câncer (Inca). A estimativa é de 66.280 novos casos de câncer de mama ao ano no Brasil, o que corresponde a cerca de 61,61 novos casos a cada 100 mil mulheres.

A especialista explica que os maiores aliados na luta contra o tumor ainda continuam sendo a identificação precoce e o rastreamento. "A cura é mais possível em uma doença localizada que em uma avançada. É crucial que mulheres e profissionais de saúde estejam atentos para identificar os sinais e sintomas suspeitos. A recomendação é iniciar o tratamento imediatamente, cirurgia ou medicação, tão logo seja feito o diagnóstico", observa.

REDES DE APOIO Em 2018, a professora mineira Vânia Rezende foi diagnosticada com câncer de mama. "Eu me apeguei a Deus e à minha família, pois tinha muito medo de morrer. Fiz a cirurgia de remoção e, após 15 dias, começaram as sessões de quimioterapia" conta.

Ela fez quimio e radioterapia e, hoje, segue com o monitoramento. "Encarar com leveza a quimioterapia foi a melhor alternativa que encontrei. Resolvi fazer do momento uma brincadeira. Usei e abusei dos lenços, das perucas, dos brincos, fiz tudo para me manter feliz e não peguei licença médica da sala de aula. Eu via nos meus amigos, na minha família e no meu trabalho a vontade de continuar viva."

A neurocientista e psicanalista Ângela Mathylde Soares explica que a base para qualquer tratamento, mas, em especial, contra o câncer, consiste no suporte familiar. "Por isso, é fundamental, não apenas cuidar da saúde, mas das relações interpessoais. Já que, assim, a paciente encontra maior motivação para concluir o tratamento", explica.

ARQUIVO PESSOAL

"A cura é mais possível em uma doença localizada que numa avançada. É crucial que mulheres e profissionais de saúde estejam atentos para identificar os sinais e sintomas suspeitos"

Annamaria Massahud, presidente da SBMMG

Sobrevida e maior chance de cura

A SBMMG sempre preconiza começar o tratamento imediatamente, potencializando a sobrevida e as chances de cura. A proposta é focar na prevenção e não na doença, e, por isso, está fomentando diversas ações neste ano, sendo algumas presenciais.

Annamaria Massahud observa que o ambiente digital é uma importante ferramenta de conscientização, disseminando conteúdo a uma velocidade ímpar. "O objetivo é utilizar esse espaço para disseminar o autocuidado, incentivando as pessoas a buscar suas melhores versões, por meio de uma dieta equilibrada, da prática de exercícios físicos e do combate ao tabagismo e ao alcoolismo, por exemplo, imprescindíveis para a prevenção do câncer de mama e de diversas doenças", defende a médica.

EVENTOS A SBMMG também fará uma parceria com a Associação Médica de Minas Gerais (AMMG) para iluminar na cor rosa a fachada onde se localiza o prédio da instituição, vestindo a camisa, literalmente, durante todo o mês.

As ações também contam com o podcast Agendar; a criação de uma página virtual abrigando um acervo de artigos relacionados à mastologia; o apoio institucional à Caminhada Rosa da Ação Solidária às Pessoas com Câncer (Aspec), na Praça JK, e o evento Pérolas de Minas, em 24 deste mês, às 19h, na entidade, direcionado ao público leigo.

"A luta contra o câncer de mama é de todos e a informação é a principal arma nesse combate, sendo fundamental o engajamento social, participação dos movimentos, compartilhamento de informações e mudança para hábitos saudáveis, pois, quando uma paciente é curada, todo um coletivo se beneficia", avalia a presidente da SBMMG.

BEBEL SOARES

PADECENDO

FUNDADORA DA REDE MATERNA PADECENDO NO PARAÍSO » padecendo@gmail.com

> Essa semana, Felipe me entregou uma redação que fez no colégio falando sobre esse processo

A curiosidade salvou o menino

Hoje vou emprestar este espaço para meu filho. Em casa, desde pequenino, sempre contei histórias para ele, o pai sempre lia para ele. Nós sempre valorizamos a leitura e conseguimos passar o gosto por livros para o nosso filho.

Essa semana, Felipe me entregou uma redação que fez no colégio falando sobre esse processo.

Segue o texto dele, que me deu esse quentinho no coração. Num país que não valoriza a leitura, nem a cultura, nós conseguimos ir contra a corrente.

"Uma vez, senti muita nostalgia ao tirar o pó dos meus livros e pensei na minha vida e como os livros me marcaram. Lembro-me de quando meus pais liam para mim uma série de livros e diziam: 'Só um capítulo por noite'. Eu achava que ler era tedioso e difícil, mas a curiosidade me obrigou a ler o próximo capítulo e o próximo sempre que possível. Quando vi, tinha terminado um livro e ia para o próximo.

Tive muitas boas memórias lendo meus livros no intervalo da aula de herbologia e a de poções, em um mundo mágico onde bruxos voavam em vassouras.

Experimentei e senti muitas coisas com os livros, emoções como alívio de ver o herói fugindo da morte, montado em um dragão, no último segundo. Chorei ao ver o protagonista sentindo remorso, e se sacrificando para salvar aquilo que valia a pena, e tornar o mundo um lugar melhor. Senti sensações indescritíveis enquanto virava as páginas de um livro sentindo seu cheiro.

Livros ensinam, te fazem rir, chorar, amar. Eles te contam o que você sente. Cada vez que você lê, as sensações são diferentes e únicas, você muda junto com os livros. Os livros te fazem ser uma melhor versão de você.

Os livros foram muito importantes para mim, desde o momento em que a curiosidade me venceu e me fez começar a ler até hoje. Eles me ajudaram a me tornar o que sou e o que sei; eu não mudaria nada se tivesse outra chance."

Por Felipe Lorentz

PEXELS

ATIVIDADE FÍSICA

Pesquisa feita pelos cientistas da Universidade Dartmouth, nos EUA, revela que usar a bicicleta para ir ao trabalho reduz quadros de estresse e aumenta a produtividade

Bike: mais disposição e agilidade

JOANA GONTIJO

Além de fazer bem para a saúde física e do planeta, andar de bicicleta também pode melhorar a produtividade daqueles que se locomovem dessa forma até o trabalho. É o que revela nova pesquisa realizada pela Universidade Dartmouth, nos Estados Unidos. O estudo foi feito antes da chegada da pandemia, quando a ida presencial à atividade profissional ainda era possível. Os cientistas acompanharam 275 americanos, grande parte deles atuantes no ramo da tecnologia.

A maioria dos participantes passava em torno de 40 a 60 minutos todas as manhãs dentro do carro, no trânsito, antes de chegar ao batente. Um outro número menor fazia esse deslocamento a pé ou de bicicleta.

Ficou constatado que a forma de locomoção impactou diretamente no surgimento ou não de quadros de estresse entre os indivíduos acompanhados no levantamento, com influência na maneira como produziam ao longo do dia no trabalho. Quem optava pela caminhada ou pelo pedal tinha um início de dia mais tranquilo, com mais disposição e agilidade para cumprir as tarefas.

A psicóloga da iMEDato, Mônica Mafra, acredita que a iniciativa de ir a pé ou de bicicleta para o trabalho gera benefícios para a saúde de modo geral. "Pesquisas demonstram o impacto positivo na vida laboral dos trabalhadores. Entre vários aspectos positivos, podemos dizer que o hábito de caminhar ou pedalar para o trabalho faz com que as pessoas tenham uma vida menos sedentária e, com isso, tenham ganhos em sua saúde física e mental", afirma.

O jornalista Gabriel Coelho Nascimento é um exemplo. Atualmente, costuma ir a pé para o serviço, que é próximo de casa. Mas quando o trabalho era mais distante, fazia o percurso de bicicleta. "Utilizo os dois meios de locomoção desde 2015, 2016, quando ainda estava na faculdade, sempre de acordo com a distância e o tempo em que preciso chegar. Acho muito mais prazeroso ir andando ou de bike para o serviço do que de qualquer outro meio de transporte", diz.

O ortopedista especializado em coluna vertebral Daniel Oliveira, diretor do NOT, lembra que o início do dia nas cidades, no trânsito, muitas vezes com grande movimento e engarrafamentos, para os motoristas ou aqueles que usam o transporte coletivo significa um longo período para chegar no destino pretendido. "Logo pela manhã, as pessoas estão preocupadas e receosas em chegar com atraso em seus compromissos, e isso faz com que fiquem mais irritadas e estressadas. Tudo o que sentimos também influencia diretamente na forma como trabalhamos e produzimos", pondera.

Mônica Mafra ressalta que, em momentos de estresse, o corpo libera adrenalina e cortisol, o que causa sensação de medo, irritação e nervosismo. "Podemos dizer que, pela manhã, o trânsito pode, em algumas pessoas, de acordo com o momento de vida, desencadear algum desses sentimentos, o que atrapalha, quase sempre, o restante do dia."

JAHANGEER BM/PEXELS

Andar a pé ou sobre duas rodas, mesmo sem pensar na prática esportiva ou como atividade física, já libera certa dose de endorfina, o que, por si só, deixa o indivíduo mais bem-humorado e disposto

ARQUIVO PESSOAL

Gabriel Nascimento vai para o trabalho andando ou de bike e considera que é muito mais prazeroso do que qualquer outro meio de locomoção

ELLEN CASADONTE/DIVULGAÇÃO

Segundo o ortopedista Daniel Oliveira, os benefícios são sentidos a curto, médio e longo prazos, a favor do envelhecimento mais saudável e longe de várias doenças crônicas

Endorfina e bom humor

Andar a pé ou sobre duas rodas, mesmo sem pensar na prática esportiva ou como atividade física, já libera certa dose de endorfina, o que, por si só, deixa o indivíduo mais bem-humorado e disposto. Isso também interfere positivamente na produtividade, complementa Daniel Oliveira.

Mônica endossa a declaração do ortopedista. "Ir até o trabalho a pé ou de bicicleta faz com que colaboradores cheguem na empresa mais dispostos para enfrentar os desafios diários e, consequentemente, mais engajados", reforça a psicóloga.

Gabriel conta que esse é um estilo de vida que lhe faz bem. "Nós temos a impressão de que ganhamos tempo indo mais rápido para algum lugar, mas esse período que a gente ganha de carro, em veículos de aplicativo ou no ônibus, aproveitamos menos. Andar ou pedalar é uma espécie de terapia, faz bem para a saúde. Considero uma preparação para o início do dia, como se fosse uma transição. Melhora a disposição, meu humor, tira aquela parte mais árdua de ter acabado de acordar, de observar o que está acontecendo no início do dia e também de aliviar todo o estresse do trabalho na volta para casa. Leva um pouco mais de tempo, mas desestressa também", conta.

Mais que os ganhos com relação à saúde mental, Daniel Oliveira cita ainda a melhora do sistema cardiorrespiratório, o fortalecimento das articulações e da musculatura, a contribuição na prevenção à osteoporose, além do controle ou redução de peso. "Os benefícios são sentidos a curto, médio e longo prazos, a favor do envelhecimento mais saudável e longe de várias doenças crônicas."

Para quem deseja começar a andar a pé ou ir de bike para o trabalho, mas é sedentário, um dos primeiros passos, segundo Mônica Mafra, é passar por exames e avaliação médica. "Após esse momento, crie uma rotina com uma meta diária. É importante respeitar seu corpo e começar devagar e, à medida que for se sentindo mais disposto, aumentar o ritmo e intensidade", recomenda a psicóloga.

AVALIAÇÃO Gabriel, como um bom praticante, aconselha ter paciência no início, até se acostumar com a falta da rapidez e da pressa. "Vale reservar um tempo maior para sair de casa e insistir até começar a ser prazeroso. A diferença e os ganhos são notados rapidamente. Logo a pessoa vê como uma mudança boa e não vai querer parar mais", convida.

VOCÊ SABIA?

O ortopedista Daniel Oliveira, que também é um amante da bike, dá dicas para quem quer começar a usar a magrela para ir até o trabalho:

» Investir em uma bike de qualidade que se adeque ao tamanho do usuário, para evitar dores e desconfortos

» Ter um alforje para colocar os pertences e objetos pessoais e levá-los com segurança durante o percurso

» Usar capacete sempre. É o principal item de segurança de todo ciclista

» Ter um cadeado de qualidade para evitar dores de cabeça com roubos

» Usar roupas leves e de secagem rápida para evitar a transpiração excessiva

» Fazer a manutenção da bike periodicamente

» Evitar ruas de tráfego intenso e estar sempre atento ao trânsito para prevenir acidentes

E para aqueles que pretendem iniciar a caminhada:

» Dar preferência a locais planos e sempre nas calçadas

» Investir em um bom e confortável tênis

» Preferir tecidos mais leves e que facilitem a transpiração

» Evitar andar com muito peso na mochila e, principalmente, fazer o ajuste correto no corpo para minimizar dores nas costas